الهداية الإلهية
علم الطاقة
التأمل

الفهرس

مقدمة

نيك بيونك كتب مقدمة جميلة لكتاب دورين فيرشو Divine Guidance ، قال نيك " في أزمنة تاريخية مختلفة كان يوجد أشخاص أقر بأنهم ناس استثنائيين للغاية حيث منحهم الله موهبة وهي القدرة على الاتصال الشخصي مع الملائكة ، من خلال اتصال بصري أو كلامي أو كلاهما .

السؤال المطروح الآن ، أين هم الملائكة الآن ؟ لماذا لا يوجد ناس اختارهم الله ليظهروا أن قصص الماضي ليست خيالا ، وأن الملائكة موجودون بالفعل . لماذا لا يوجد لدينا أشخاص في الوقت الحاضر لديهم المقدرة الفطرية على رؤية ومخاطبة الملائكة ، وبالتالي نحن الآن يكون لدينا الفهم الروحي بأن الملائكة ليسوا نتيجة خيالات وهمية من الماضي ، بل حقيقة روحية في حياتنا اليوم ".

في الحقيقة يوجد الكثير من الناس الذين يرون الملائكة في زماننا هذا . بعض الناس يتكتمون على تجاربهم الروحانية الملائكية ، لكن الكثيرين الآن ولحسن الحظ لا يخفون هذا الجزء الروحاني من حياتهم . لقد خرجوا عن نطاق سريتهم تجاه الجانب الروحاني من حياتهم .

دورين فيرشو ، وتسمى السيدة الملاك ، هي الآن الشخصية الأكثر تميزا وشهرة من حيث مقدرتها وعمق تجربتها في التفاعل مع العالم الروحاني الملائكي ، لقد كانت في جلساتها مع عملائها تعمل كوسيطة تنقل إليهم رسائل ملائكتهم وأقاربهم المتوفين ، لكن بعد إرشاد إلهي تفرغت كليا لتعليم الناس كيف يكونوا قادرين بأنفسهم على رؤية ومخاطبة العالم الروحي من ملائكة أو بشر رحلوا إلى ربهم . قيام دورين بتأليف الكثير من الكتب عن العالم الملائكي هو خطوة هامة وخدمة كبيرة قدمتها للبشرية .

تقول دورين ، كل منا يملك قدرات فطرية للاتصال بالله ،والملائكة ، والزعماء الروحيين والدينيين الموقرين الذين صعدوا إلى جوار ربهم مثل موسى وعيسى ومحمد . هذه المقدرة على الاتصال الروحاني هي جزء من طبيعتك التي منحك إياها الخالق . ومع ذلك ، مثلما مع المواهب الطبيعية الأخرى التي نملكها ، فنحن غالبا نحتاج القليل من التعليم والتشجيع لنصبها في قالب صالح للممارسة .

جمهور حلقاتي الدراسية يأتون من جميع الفئات العمرية ، والجنسيات ، والمستويات التعليمية ، والأعراق . إنهم من البروتستانت ، والكاثوليك ، والمورمون ، واليهود ، والبوذيين ، والمسلمين ، واللاأدريين ، وخلفيات أخرى متعددة . إن الله يرسل رسائل وملائكة إلى الجميع .

دورين فيرشو تمنحك فرصة للنظر للحياة وخالقها و ملائكته ولذاتك أنت أيضا بمنظار جديد غير مألوف .

تقول دورين ، الملائكة لديهم طريقة مختلفة لرؤية المواقف العادية . رسائلهم تساعدنا على مداواة وشفاء معتقداتنا وأفكارنا بمنحنا وجهات نظر مقوية ومُحِبة . إنهم يعلموننا طرق لمعالجة علاقاتنا ، ومستقبلنا المهني ، وصحتنا . رسالتهم لنا واضحة : " سلم كل شيء لنا ، ونحن سنأخذه لنور الله ، حيث المحبة تطهر وتصفي كل المشاكل الظاهرية ".

إن الحديث عن الملائكة هو موضوع عن العالم الروحاني غير المرئي ، ويصبح الأمر أكثر تشويقا واكتمالا عند الحديث عن جزء آخر من العالم غير المرئي وهو طاقة الحياة بيوإنرجي BIOENERGY والمعالج الشهير بهذه الطاقة ميتك يوركوس وزوجته المثقفة جدا مارغريت ، و هي شريكته في التدريس في مدرستهما لتعليم العلاج بطاقة الحياة .

عند الحديث عن الأمور الخفية لا يكتمل الحديث دون ذكر أوشو . أوشو قد تعمق كثيرا في العلوم الباطنية وقد قال الكثير من الكلام المؤثر ، وهو يعرف الكثير من القصص المشوقة عن تاريخ الرجال الذين تعمقوا في الجوانب الباطنية والخفية للحياة . لقد فهم الكثير من الأمور التي أساء الناس فهمها . شخصيته أثارت الجدل لدى الكثيرين . لكن هذا ليس موضوعنا . كتاب أوشو ، كتاب الأسرار The Book Of Secrets ، كتاب خاص بالتأمل ، فيه الكثير من المعلومات والقصص الشيقة لذا سيكون له نصيب من الذكر في الجزء الأخير من هذا الكتاب .

شكر

إلى جميع ملائكتي ومرشدي الروحيين

شكرلدورين فيرشو والقائمين على موقعها على شبكة الإنترنت ، حيث حصلت منهم على الإذن بالكتابة من كتب دورين فيرشو .

شكرلمارغريت وميتك يوركوس ، فقد منحتني مارغريت يوركوس الإذن بالكتابة من المنهج الدراسي لطاقة الحياة . ومزيد من الشكر لمارغريت وميتك يوركوس على كل المساعدات الأخرى والمحبة التي قدموها لي والتي لا تقدر بثمن .

شكر لمؤسسة أوشو العالمية ، فقد حصلت على الإذن بالكتابة من كتاب الأسرار من مالك حقوق النشر : مؤسسة أوشو العالمية .

نحن على اتصال دائم مع الله

هل مررت في حياتك بأي من هذه المواقف ؟

- تضع شيئا مهما في غير محله – مفتاح سيارتك ، محفظتك ، أو رسالة – وفجأة إحساس باطني يرشدك لتجده ؟

- أثناء قيادتك للسيارة ، شيء ما يجعلك تغير مسار سيارتك فجأة ، وبشق النفس تتفادى طريقا مزدحما للغاية أو التعرض لحادث تصادم ؟

- بطريقة ما أنت تعرف أن شخصا عزيزا عليك واقع في مشكلة ، وعندما تتصل بهذا الشخص ، يتضح لك أن مساعدتك ستكون مفيدة له ؟

- عندما تقابل شخصا لأول مرة ، انطباعك الأول تنبأ على نحو صحيح بمسار علاقتكما معا ؟

- صوت مجهول المصدر يحذرك من خطر ما ، ثم تكتشف فيما بعد أن هذا التحذير قد أنقذك من كارثة كبرى ؟

- أنت تفكر في صديق قديم ، وفي نفس اليوم ، أنت تستلم رسالة أو مكالمة من هذا الشخص ؟

طوال حياتنا ، نحن نلاقي شواهد كثيرة على الإرشاد الإلهي . قد لا نكون مدركين للأمثلة والشواهد حيثما تلقينا فيها إرشادا وهديا من الله وملائكته . وقد يكون لدينا بعض الظن أن السماء قد تدخلت في بعض الأحداث غير الاعتيادية في حياتنا . وربما أيضا لدينا القليل من التجارب التي من خلالها نحن نعرف بدون أدنى ريب ، أن الله قد أرشدنا خلالها .

صوت خالقك لم يفارقك أبدا ، وفي الحقيقة ، لا يمكن أن يفارقك أبدا . إن الله وملائكته دائما يتحدثون إليك بشكل مستمر . لقد كانوا يرشدونك ، ويشجعونك منذ بداية أن خلقت . ولا لحظة واحدة في تاريخك بأكمله كنت منفصلا عن الله ومحبته . لأن الله دائما معك ، يرشدك ، كل ما عليك أن تفعله هو أن تتعلم كيف تقوي ذلك الارتباط و تتآلف مع الأشكال المختلفة التي يتخذها الإرشاد الإلهي في حياتك . حينما نفعل ذلك ، فإننا نشعر بالاطمئنان والشجاعة التي تتأتى من كوننا على اتصال دائم مع معلم المعلمين .

فكر في الأمر بهذه الطريقة ، إن عرضت عليك الفرصة لتحصل على مرشد يعرف جميع الإجابات لكل سؤال ، الذي هو مكرس تماما لسعادتك ، أمنك ، ورفاهيتك ، والذي هو لا يتوقع شيئا بالمقابل سوى رغبتك بالحصول على المساعدة ، ألن تقول بامتنان "نعم"؟ هذا المرشد ، خالقنا العزيز ، هو مع كل واحد منا . عندما نتعود على إقامة حوارات متواصلة مع الله ، فإن كل أفعالنا وأفكارنا توجه بإيقاع وانسجام قوي .

لماذا نحن غير مدركين للإرشاد الإلهي

على الرغم من أن الله يتحدث إلينا باستمرار ، إلا أننا لسنا مدركين دائما لهذا الإرشاد . يوجد أسباب عديدة لذلك :

- ربما أننا لا نعرف كيف الإرشاد الإلهي هو يبدو .
- نحن خائفون من أن يسيطر علينا الله ، لذلك نحن عن عمد نعترض سبيل الإرشاد الإلهي .
- نحن نعتقد أنه شيء آخر ما ، مثلا هلوسة أو تفكير رغبي .
- نحن خائفون من الإخفاق عندما يطلب منا الإرشاد الإلهي أن ننشر أجنحتنا ونحلق .
- نحن خائفون من النجاح لأننا لا نشعر بأننا نستحق الصلاح الذي يسعى الإرشاد الإلهي لمنحنا إياه .
- نحن خائفون من أن الله سوف يؤنبنا ، يعاقبنا ، أو يتلاعب بنا إن استمعنا إليه .
- عقولنا مسدودة بسبب إصدار الأحكام وعدم المغفرة تجاه أنفسنا والناس الآخرين .
- مشاعر الحب القوية التي تأتي عندما نتصل بالله تكون ساحقة بالنسبة لنا ، هذا نابع من مخاوفنا بأن الحب يؤدي للألم .
- إننا لم نطلب الإرشاد الإلهي . قانون حرية الإرادة يقول بأن الله والملائكة لا يستطيعون التدخل في حياتنا إلا إذا طلبنا منهم ذلك (باستثناء أي موقف يعرض حياتنا للخطر) .
- نحن نريد أو نتوقع إجابة مختلفة عن الإجابة التي استلمناها من الإرشاد الإلهي .
- انتباهنا منصرف بعيدا لأننا منشغلين للغاية ، أو مضطربين ، أو مرهقين ، أو واقعين تحت تأثير مواد كيميائية مثل الكافيين ، الكحول ، النيكوتين ، السكر ، أو عقاقير أخرى .

لحسن الحظ ، حالما تتعرف على وتزيل هذه المخاوف والنوايا المضمرة ، فإنك بسهولة سوف تسمع إرشادا إلهيا . وحالما تعرف كيف تميز الإرشاد الإلهي الحقيقي ، فإنك سوف تصبح بشكل متزايد مدركا لوجوده بداخل قلبك ، وعقلك ، وجسمك .

ماذا يقول الله عن الإرشاد الإلهي

تقول دورين ، أثناء كتابتي لهذا الكتاب(Divine Guidance) ، تحدثت مع الله فعليا وطلبت منه التوجيه والمشاركة . لقد دار بيني وبين الله هذا الحوار ، الذي هو طلب مني أن أنشره بهذا الكتاب . أسئلتي أشرت عليها "س" وإجابات الله أشرت عليها "ج".

س: ماذا ترغب أن تخبرنا في ما يخص الاتصال بك ؟

ج: افعلوا ذلك في مرات أكثر وأكثر ! المحبة التي تنسكب من قلوبكم عندما تتوسلون إلي تغمرني تماما مثلما محبتي تدخل إليكم . إنه إنعام من جميع الاتجاهات ، ونحن لا نستطيع أن نمنح هذا الإنعام في أحيان كثيرة أكثر مما ينبغي أو سريعا أكثر مما ينبغي . لا تضيعوا الفرصة للتنعم بهذا الإنعام ، حيث أنه ملككم الآن .

س: هل لديك طريقة مفضلة للتحدث بها إليك ؟

ج: كما قلت ، افعلوا ذلك في مرات كثيرة ، هذا هو التفضيل الوحيد . حيث أن الكثيرين مرعوبين من سماع صوتي لدرجة أنهم ينتظرون إلى في ما بعد لمناداتي .

س: في ما بعد ؟

ج: نعم ، حينما يقعون بمشكلة بالطبع ، حينها قلوبهم تكون مثقلة بالشعور بالذنب وهم ينادون اسمي مع وجود نفور ومقاومة في أصواتهم المرتجفة . إنه يحزنني أنهم يجدون الكثير من الصعوبة في مناداتي .

لا تخافوا أبدا من أني سأعاقبكم عندما تأتون إلي لطلب العون والمساعدة . كل ما أطلبه منكم هو الصدق ، لكي أكون قادرا بحق على تنفيذ مطالبكم على الشكل الذي ترغبون .

عندما تتكلمون بصدق ، لا أضيع أي ‘وقت‘بحسب الحس الأرضي ، لإنجاز مطالبكم . لكن حينما تخلطون كلماتكم مع أنصاف حقائق أو حتى أكاذيب لتهربوا من ‘غضب الله‘ ، فأنا لا بد أن أبحث وأوضح لكم المعنى الصحيح لما تطلبونه . هذا لماذا يبدو أن طلباتكم في بعض الأحيان قد رفضت أو أجلت . كما في علاقاتكم الأرضية ، فإن الصدق في الاتصال هو النقطة الأساسية في كل شيء .

لقد أكد الله على أهمية أخذ الوقت الكافي عند مخاطبتنا له . هذا شيء منطقي ، كما نحن نحاول أن نأخذ الوقت الكافي لنكون حاضرين ومركزين عند الحديث مع الناس العزيزين علينا ، أيضا ينبغي علينا أن نأخذ الوقت الكافي لنكون حاضرين ومركزين عند الحديث مع الله . وقد عبر الله على هذا النحو :

ج: الكثيرين مستعجلين ، مسرعين ، ومسرعين عندما يتحدثون إلي لاهثين . إنه من الأفضل كثيرا أن ينظموا الكلمات على مدى أيام ، أسابيع ، وشهور كثيرة ، بدلا عن تكديسها في جلسة واحدة خلال لحظة واحدة في الأسبوع . تحدثوا إلي بينما أنتم في الطريق ، مغادرين منازلكم لتذهبوا للعمل . تحدثوا إلي وأنتم في محل البقالة ، وفي سيارة الأجرة ، وفي الممشى . إنه من غير المهم أين تتحدثون إلي ، أو متى . فقط تحدثوا إلي ، تحدثوا إلي أكثر !

قانون حرية الإرادة

قانون حرية الإرادة الذي وضعه الله يقول أننا أحرار في ارتكاب الأخطاء واتخاذ الخيارات دون تدخل منه . هو لن يفرض إرشادا إلهيا علينا إن كنا مقاومين لمساعدته . الاستثناء الوحيد هو عندما نكون في موقف يعرض حياتنا للخطر قبل أن يحين موعد مماتنا .

سوزان

بينما امرأة اسمها سوزان تقود سيارتها لوحدها في طريق عودتها إلى المنزل ذات مساء ، غفلت منعطفا في الطريق . ارتطمت سيارتها مباشرة بعمود تلفون ، ورأس سوزان حطم زجاج السيارة الأمامي .

بينما كانت تقلها سيارة الإسعاف بسرعة إلى المستشفى ، خشيت سوزان أنها ستموت . عاملا سيارة الإسعاف اللذين كانا معها بالخلف قاما بطمأنتها . أحد العاملين كان عطوفا معها على وجه التحديد . تتذكر سوزان عندما نظرت لنظارته القاتمة وشعره الأجعد بينما كان ممسكا بيدها ويردد بصوت خافت ،" أنت ستتخطين هذه المحنة . فقط تشبثي بالحياة ، سوزان . بإمكانك أن تنجي ." تأكيداته الرقيقة منحت سوزان القوة والرغبة لتقاوم و تكافح لأجل حياتها .

بعد ثلاثة أسابيع ، عادت سوزان لغرفة الإسعاف لفك الغرز . لقد لمحت سائق سيارة الإسعاف وأحد العاملين اللذين كانا معها عند أخذها للمستشفى . لكن أين العامل الذي يرتدي نظارة ذي الشعر الداكن الأجعد الذي أمسك بيدها في سيارة الإسعاف ؟ سوزان كانت تريد أن تشكره لمنحه إياها الرغبة بأن تعيش . الرجلان حكا رأسيهما وبدا متحيرين . لم يكن يوجد عامل داخل سيارة الإسعاف مرتديا نظارة بتلك الليلة ، لقد أوضح السائق ." كان يوجد فقط نحن الاثنان معك . أنا كنت أقود السيارة ، وكارل كان بالخلف معك . كما ترين ، إنه لا يرتدي نظارة وشعره بني فاتح ."

تقول دورين ، الله والملائكة يفعلون كل ما هو ضروري لمساعدتنا وإرشادنا . إن كان هذا يعني الظهور كعامل سيارة إسعاف ، فسوف يفعلون . كثير من الناس أخبروني قصصا مماثلة لناس يظهرون خلال أوقات الأزمات ثم يختفون بشكل غامض بعد أن قاموا بتسوية الأزمة .

فوق كل ذلك ، عند عدم وجود أزمة ، فإن الله والملائكة قد يبدون صامتين ومنفصلين عنا . مرات كثيرة ، هذا ببساطة لأننا لم نطلب مساعدتهم وإرشادهم .

تجاربي المباشرة مع الإرشاد الإلهي

تقول دورين ، أمي ، معالجة روحانية مسيحية ، عرفتني على الإرشاد الإلهي منذ أن كنت صغيرة جدا . لقد علمتني أن ألجأ لله لحل وتسوية جميع أنواع المواقف . لقد تعلمت أن الله يتحدث إلي طوال اليوم ، وكل ما ينبغي علي فعله هو أن أنصت . أحيانا ، صوت الله يكون مسموعا . على سبيل المثال ، عندما كنت في الثامنة من عمري و أنا مغادرة مدرسة الأحد ، سمعت صوتا ذكريا خارج أذني اليمنى . هذا الصوت أخبرني بحزم ودود أن مهمة حياتي تتضمن تعليم الآخرين الصلة بين العقل والجسم .

أحيانا نكون خائفين لأن ما يوجهنا له الله يبدو مرعبا . هذا كان حقيقيا خاصة عندما كنت في بداية العشرينات من عمري . لقد تزوجت عقب إنهاء دراستي الثانوية مباشرة ، وأنجبت ولدين . على الرغم من أني كنت سعيدة جدا بإنجاب الأطفال ، إلا أني لا زلت أشعر أن شيئا ما مهما كان مفقودا في حياتي . أردت أن أقدم إسهاما إلى العالم وأن أحظى بمهنة ذات هدف . إلا أني لم أستطع أن أتصور ما الذي يمكنني أن أقدم للآخرين وسوف يصنع فرقا . برغم كل شيء ، لم تكن لدي أفكارا فذة ، وتعليم رسمي ، أو تدريب خاص .

عند بلوغ مستوى ما ، كنت أصلي وأدعو الله ليرشدني . على الرغم من أنها لم تكن صلوات مقصودة . أتذكر وأنا أفكر ، " إلهي ، أرجوك ساعدني !" . بطريقتي الخاصة ، طلبت الإرشاد الإلهي .

برغم كل شيء ، الإرشاد الإلهي هو إجابة لصلواتنا أو صلوات الآخرين لأجلنا . أيما وقت طلبنا مساعدة السماء ، فإننا نتلقى المساعدة . أحيانا تكون المساعدة مباشرة ، مثلا عندما يتدخل ملاك لإنقاذ حياة شخص من حادثة ما . في أحوال كثيرة ، مع ذلك ، يجيب الله صلواتنا ودعاءنا بإعطائنا نصيحة عملية .

لقد استلمت إرشادا إلهيا ذات يوم بينما كنت أعتني بالحديقة الصغيرة المجاورة لشقتنا . لقد لاحظت دائما أن العناية بالحديقة تجعلني في حالة عقلية تأملية مما جعلني أتخطى التفكير السلبي . عندما كنت أقتلع الأعشاب الضارة في ذلك اليوم ، رأيت رؤية ذهنية ذكرتني بمشاهدة فيلم بالأبيض والأسود في ملهى بنسي . في هذه الرؤية ، رأيت نفسي أنعم بحياة مختلفة جدا . كنت مؤلفة لكتب منشورة ، أساعد وأعالج الآخرين ، واستمتع بحياتي . كنت أعرف أن رؤاي لم تكن حلم يقظة عادي ، لأنها جعلتني غير مرتاحة للغاية . برغم كل شيء ، لم أكن أعتقد أنني أملك ما يلزم لكتابة كتب ومساعدة الآخرين .

حاولت تجاهل الرؤى ، لكنها استمرت بالقدوم يوميا . سريعا ، أصبحوا أفلاما ملونة ، كاملة مع تفاصيل عن حياتي . قد يعتقد المرء أن هذه الصور ستكون مهربا سارا من حياة غير مريحة ، إلا أنها في الحقيقة جعلتني أشعر بالاستياء أكثر تجاه نفسي . بدأت

أحس أني مطاردة وملاحقة بالرؤى . عن طريق الصدفة ، اكتشفت أني إذا تناولت وجبة كبيرة ، بإمكاني إيقاف الرؤى . لذلك بدأت بتناول الكثير من الطعام .

بعد أشهر قليلة ، ازداد وزني كثيرا ولم أكن أكثر سعادة بنفسي أو حياتي . كل مرة ينهضم فيها طعامي ، أستلم الرؤى والمشاعر المرافقة التي تلح علي أن أؤلف كتبا وأصبح معالجة . في النهاية تعبت من استخدام الطعام لاعتراض وإعاقة أفلامي الذهنية . عند تلك النقطة ، استسلمت وسألت الله أن يساعدني .

"أنا خائفة جدا،" اعترفت لنفسي ولله . "أنا أرغب بأن تكون لدي الحياة التي تواصل عرضها علي ، لكن ليست لدي فكرة كيف يمكنني أن أفعل أيا من هذه الأشياء . أنا أقصد ، أنا لا أملك الكثير من الوقت أو المال . أنا لست واثقة بأني ذكية بشكل كاف لأتمكن من تأليف كتب ، ولا أعرف الكثير عن صناعة النشر . لكن إن كان هذا ما تريدني أن أفعل ، فسوف أتبع قيادتك ."

بعد أن سلمت الأمر لله وطلبت الإرشاد ، تلقيت انطباعا قويا أتى على شكل حس باطني ومعرفة عقلية . لقد عرفت وأحسست أن من المفروض علي أن أتصل بمستشار القبول في الكلية المحلية بمنطقتنا . " أنا لا أعرف كيف سأمتلك الوقت ، والمال ، أو الذكاء لأتم الدراسة ،" لقد أخبرت الله ذهنيا ." من ناحية أخرى ، لقد وعدتك أني سوف أثق بك وأتكل عليك وأتبع قيادتك ."

عندما أتممت الخطوة الأولى واتصلت بمستشار القبول في الكلية ، تلقيت انطباعا يقول ، " احجزي موعدا لمقابلة المستشار شخصيا ." مرة أخرى أنا مبدئيا قاومت هذا الإرشاد ، لكن بعدها تذكرت وعدي لله . على الرغم من تحفظاتي ، لقد وجدت نفسي أسجل في الكلية تماما كما هداني الله أن أفعل . طالما أن زوجي يعمل في مناوبة عند نهاية العصر ، فقد وافق على العناية بأطفالنا الصغار عندما أكون أنا بالكلية ، ثم بعدها أعود أنا للمنزل قبل أن يذهب هو للعمل .

الإرشاد الإلهي قادني على طول خطوة واحدة في كل مرة إلى أن وبسرعة كبيرة ، كل رؤاي في أفلامي الذهنية قد تحققت . إن الله دائما قد قدم المال ، الأفكار ، والمعلومات التي كنت بحاجة إليها . لقد حصلت على شهادتين من إحدى أغلى الجامعات الخاصة في البلاد . إن كنت قد انتظرت الله أن يريني المال أولا ، فسوف أبقى منتظرة ! في النهاية ، بالسير على إيمان أعمى بأن الله سوف يزودني ، فقد تلقيت كل ما أحتاج إليه من دعم مادي . عند بلوغي الثلاثين ، أصبحت طبيبة نفسية ومؤلفة للكتب الأكثر رواجا تسافر لإلقاء محاضرات وحضور مقابلات تلفزيونية وإذاعية .

باستعادة الأحداث الماضية والتأمل فيها ، أنا الآن أدرك أن الله يوجهنا في خطوات صغيرة متعاقبة . ينبغي علينا أن نكون مدركين للأجزاء الصغيرة من الإرشاد ، ومن ثم إنجازها ، قبل أن نستلم الخطوة التالية من إرشادنا . لقد شعرت بالرعب لأنني لم أستطع أن أرسم بالتفصيل كيف سأستطيع أن أنجز الأشياء التي رأيتها برؤاي .

في الأساس ، أردت من الله أن يسلمني مخططا كاملا للكيفية التي يريدني أن أنجح بها . لقد أردت تأكيدا كاملا بأني لن أواجه مطبات ، آلاما ، وخيبات أمل قبل أن أوافق على التقدم للأمام . ومع ذلك ، أنا سعيدة الآن أن الله لم يريني الخطة بكاملها مقدما . إن كان قد أراني ، على سبيل المثال أني سأسافر إلى مدينة نيويورك بمفردي في وقت متأخر من الليل خلال سفراتي ، فمن المحتمل أني كنت قلت ،"لا هذا مستحيل!"

لقد وجدت أيضا أن طريقة مخطط حياتي كانت عائدة لله . بطرق لا يمكن أبدا أن أخططها أو أديرها ، لقد تلقيت الوقت ، و المال ، والذكاء الكافي لإنجاز مهمتي السماوية .

الأشكال الأربعة للإرشاد الإلهي

ربما أنك تعتقد إن تدخل الله في حياتك هو شيء نادر وغير متوقع . إن الله وبدون توقف يرشد كل واحد منا ، لكن فقط افتقادنا للإدراك يمنعنا من الاستفادة من هذا الإرشاد .

الإرشاد الإلهي يكون على أربعة أشكال مختلفة :

- رؤى ، صور ، وصور ذهنية .
- أصوات ، كلمات .
- أحاسيس ، حدس .
- أفكار ، يقين داخلي .

إنه لاعتقاد خاطئ بأن الناس الاستثنائيين والموهوبين فقط بإمكانهم التحدث إلى الله والملائكة . الجميع استثنائي وموهوب بشكل متساو ، خصوصا فيما يتعلق بتلقي الإرشاد الإلهي .

كل دقيقة ، ساعة ، ويوم ، الملائكة تهمس في آذاننا إجابات على أسئلتنا . الله يخاطبنا من خلال أحاسيسنا ، الصوت الداخلي ، البصر الروحي ، وحس المعرفة . جزء من هذا الإرشاد الإلهي يأتي من حقيقة أن الله قد خلق كونا خاضعا لنظام متكامل . كل شيء يحدث تماما في الوقت والمكان والتعاقب الصحيح . حتى الذرات لا تصطدم ببعضها بالصدفة . كل فكرة لها رد فعل مماثل ، ولا شيء يحدث بالصدفة .

مصدر الإرشاد الإلهي : الله ، الملائكة ، والعالم الروحي

كثير من الناس يسألون دورين فيرشو ، " كيف تعرفين 'الله' ؟"

" كيف هو يبدو شكل الملائكة ؟"

" هل جدتي المتوفاة هي ملاكي الحارس ؟"

" هل كل واحد ، حتى الناس الأشرار ، لديهم ملاك حارس ؟"

كل واحد يبدو أن لديه أفكارا مختلفة عن طبيعة الله والسماء . ربما أن هذا جزء من خطة الإله العظيمة ، أو ربما لأن الناس يأتون من خلفيات دينية وروحية متنوعة . الأكثر احتمالا ، كلاهما صحيح .

كيف هو يبدو شكل الملائكة ؟

أغلب الملائكة يبدون مثل الصور التي رسمت لهم في رسومات عصر النهضة الأوروبية . لهم أجنحة وعباءات من النور الساطع . بعض الملائكة يظهرون بشكل ذكور والبعض الآخر بشكل إناث ، بينما آخرين ليس لهم جنس . يوجد ملائكة في منتهى الصغر ، وملائكة بطول سبعة أقدام . بعضهم متعدد الألوان ، وآخرين بدرجة لون واحدة باهرة من الأبيض الناصع ، الأزرق ، أو الأخضر . إنهم ينشرون في كل اتجاه وميضا من النور ، الذي أحيانا نراه عندما يتحركون بقربنا .

فوق ذلك ، أخبرت الملائكة دورين فيرشو أنهم يتخذون هذا المظهر التقليدي من أجنحة وعباءات طويلة لمصلحتنا . إنهم يقولون ، " نحن في الحقيقة لا نحتاج إلى أجنحة لنطير ، وطالما أننا لا نملك أجسادا ، نحن لا نحتاج لملابس . نحن نتخذ هذا الشكل لنساعدكم في التعرف علينا . إن كنتم تتوقعون أننا نبدو بشكل مختلف تماما ، عندئذ فإننا بسعادة سوف نستجيب .

وهكذا ، الملائكة بإمكانها أن تغير مظهرها . إنها تختار أن تبدو بالصورة التقليدية للملائكة بأجنحة وعباءات طويلة ، لأن هذا ما نتوقعه منهم . وبتعبير آخر ، تتقيد الملائكة بمظهر يساعدنا في التعرف عليهم . لكن ، في الحقيقة ، إنهم بلا شكل ولا صورة .

الملائكة تحترم كل واحد منا بشدة ، وسوف لن تفعل أي شيء لإخافتنا أبدا . إن كانوا يعرفون أنك سوف تخاف إن رأيت ملاكا ، فإنهم سوف يتأكدون أن لا ترى ملاكا إلى حين أن تصبح مستعدا . على الرغم من أنك ربما لا ترى الملائكة ، إلا أنهم موجودون .

الملائكة الحارسة

يوجد مراتب وطبقات للملائكة ، كل منها ينجز وظائف وأهداف كثيرة . هذا صحيح بالنسبة للملائكة وأيضا بالنسبة للبشر . كل واحد منا له مهمة استثنائية ، ولا أحد يستطيع أن ينجز مهمتك إلا أنت . الأقرب إلى الله السار وفيم seraphim والشرب cherubim ، ووظيفتهم أن يذكرونا ببهاء ومحبة الله. وبناء على ذلك ، فهؤلاء الملائكة يكونون الأكثر توهجا ، ما داموا يفيضون بنور الله الممتلئ بالمحبة .

التالين في مراتب وطبقات الملائكة يسمون السيادات dominions ، الفضائل virtues ، السلطات powers ، الإمارات principalities . هذه الملائكة تشرف على الكون وتنفذ مشيئة الله عبر المجرات . الملائكة الحارسة Guardian angels هي الأقرب إلى كل المخلوقات الحية ، يليهم رؤسائهم ، الملائكة الرئيسية archangels .

كل شخص له اثنان من الملائكة الحارسة أو أكثر بقربه . هؤلاء الملائكة معك منذ ميلادك الجسدي حتى الموت . حتى من يسمون ناس أشرار لهم ملائكة . الملائكة مثل الله ، يدركون أننا نرتكب أخطاء . بعض الناس يظهر عليهم أنهم يرتكبون أخطاء فظيعة . لكن السماء تنظر إلى ما وراء أخطائنا و ترانا كما نحن حقيقة :أبناء الله الأتقياء . الملائكة تعرف أنه بحمل وجهة النظر المحبة هذه ، فإن أي شيء غير محب سوف يختفي . بإمكانك تعلم الكثير من الملائكة .

لا شيء تستطيع فعله ، قوله ، أو التفكير فيه قد يغير أبدا الموقف الدائم الذي تحمله ملائكتك الحارسة المتواجدة عند جانبيك الأيمن والأيسر . هؤلاء الملائكة ينظرون إلى ما وراء شخصيتك الخارجية وأخطاؤك البشرية ، ليروك كابن مثالي لله . إنه من الصعب وصف عمق وشدة حب ملائكتك الحارسة لك . تقول الملائكة يوجد طريقة واحدة لفهم وإدراك شدة محبتهم وهي بأن تفكر في شخص تحبه بعمق ، ثم تضخم ذلك الشعور ألف ضعف .

كل حيوان وكل نبات له ملائكة حارسة . في الحقيقة ، ملائكة الطبيعة تقدم إرشاد شفائي جدا ، هذا هو السبب لماذا الخروج إلى الطبيعة يساعدك على تصفية ذهنك .

التخاطب مع الملائكة

تقول دورين ، الناس كثيرا ما يعبرون لي عن قلقهم حول ما إذا كان من الحسن التخاطب مع الملائكة ، بدلا من توجيه كل الحوار إلى الله . هذا القلق ينجم عن مخاوف من إغضاب الله ، أو إن اتصلنا بالله بشكل غير صحيح ، فسوف ننتهك إرادة الله ومشيئته .

طالما أن الملائكة متحدة مع الله ، فإن وقوع أخطاء أثناء الاتصال الإلهي هو أمر مستحيل . الملائكة لا تستطيع انتهاك مشيئة الله . سواء خاطبتهم مباشرة أو وجهت سؤالك لله ، النتيجة هي نفسها .

لتنادي أو تخاطب ملاكا ، ببساطة ضع فكرة أو سؤال بذهنك . الملائكة تسمع أفكارنا وأحاسيسنا ، وتستجيب لها في الحال . أو ، إن أحببت ، بإمكانك مخاطبتهم بطريقة رسمية أكثر . على سبيل المثال ، بعض الناس يكتبون أسئلتهم للملائكة على ورق ، أو يقولونها بصوت عال . أنا أيضا أحب أن أتحدث مع الملائكة وأدعوهم للدخول في أحلامي بتقديم رسائل إلي ، فنحن عادة نكون أكثر انفتاحا للإرشاد الإلهي أثناء النوم .

تقول دورين ، مؤخرا طلبت إرشادا إلهيا حول كيف أميز ما إذا كنت أتحدث مع الله ، أو أتحدث مع ملاك . لقد استلمت هذا الجواب :

ج: لا يوجد أي فرق بيننا . نحن كلنا صوت واحد متحد يتحدث من عقل وقلب الله .

س: ما دمت تقول" نحن " أنا أفترض أن هذا ملاك الذي يتحدث .

ج: نعم ، هو كذلك .

س: وهل أنا أتحدث إلى الله في وقت واحد ؟

ج: بالطبع ، كما نقول ، لا يوجد فرق بيننا .

س: لكن ماذا لو أردت أن أتحدث مع الله بمفرده ، مباشرة ؟

ج: إذن لقد تم ذلك .

س: أهذا هو الله ؟

ج: نعم ، أنا من ناديت .

الملائكة كلية الوجود أي بإمكانها أن تتواجد في كل مكان في جميع الأوقات – بإمكانها أن تتخاطب بشكل شخصي مع كل شخص في نفس الوقت . كلما أصبح لديك انطباع قوي يخبرك بأن تحسن حياتك ، فهذا إرشاد إلهي . كلما شعرت بإحساس باطني بأنه حان الوقت لتعتني بشكل أفضل بأمر ما ، أو شخص ما ، أو نفسك ، مصدر هذا الإرشاد هو الله . كلما شعرت بحافز لخدمة العالم ، فإن هذه الرغبة تأتي من السماء .

الملائكة الساقطة

تقول دورين ، كثيرا ما سئلت عن الملائكة الساقطة " الشياطين " ، وكيف نتفاداهم . أي كائن يعمل من منظور شرير مظلم دائما سيتكلم عن الخوف ، المنافسة ، النقص ، والتدمير . على العكس ، ملائكة ممتلئة بنور الله دائما ستتكلم عن المحبة ، المساعدة ، خدمة الآخرين ، التسامح والمغفرة وقيم مماثلة . لذلك ، سواء كنت تتكلم مع ملاك ، أو مع شخص آخر ،أو مع ذاتك ، ابحث عن الصفات الرئيسية التي تميز الإرشاد المحب من التخويفي . على سبيل المثال ، الإرشاد المحب دائما إيجابي ، ملهم ، ويبدي مواضيع في صالح كلا الطرفين . إن استلمت إرشادا من أي أحد الذي هو بذيء ، انتقادي ، يصدر حكما ، أو بطريقة أخرى مبني على الخوف ، لا تستمع إليه .

الزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى جوار ربهم

كما بإمكانك الاتصال بالملائكة ، بإمكانك أيضا الاتصال بالمعلمين العظام في العالم الروحاني . هؤلاء المعلمين ، الذين في ما مضى كانوا يمشون على الأرض ، الآن صعدوا إلى بعد سماوي حيثما يكونون قادرين على مساعدة كل واحد يحتاج إليهم . إنهم موجودون للإرشاد والإجابة كلما ناديت عليهم .

هؤلاء المعلمين أو الزعماء Ascended Masters مكرسين أنفسهم لمساعدتنا لنسمو فوق صفات ذاتنا السفلى (الأنا) لكي نبلغ الطمأنينة التي صاغوها لنا حينما كانوا أحياء على الأرض . من بين الزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى جوار ربهم الأكثر شهرة ، موسى ، عيسى ، محمد ، مريم العذراء .

هؤلاء الخدم المخلصين لله والإنسانية لديهم المقدرة على أن يكونوا مع كل شخص ينادي عليهم في وقت واحد .

لكن إن كنت تعتقد أنه ينبغي عليك ألا تخاطب إلا الله ، أو كنت تريد فقط أن تخاطب الله ، ولا أحد آخر من العالم الروحي ، فاتبع ما في داخل قلبك .

الأعزاء الذين رحلوا إلى ربهم والمرشدين الروحيين

ليس صحيحا أنه فقط الناس الموهوبين على نحو استثنائي يستطيعون الاتصال بمن يعز عليهم من الموتى . أنت ، مثل كل واحد ، لديك هذه المقدرة . ربما ترغب بالاتصال بقريب عزيز عليك لتسأله سؤالا أو لتصفي موضوعا قديما عالقا بينكما . بإمكانك استخدام الطرق التي ستتعلمها لفتح قنوات الاتصال الإلهي لكي ترسل وتستقبل رسائل ممن يعز عليك في العالم الروحي .

الأعزاء المتوفين كثيرا ما يتخذون وظيفة كما الملاك الحارس حيث يحيطوننا بالمحبة ويهمسون بالإرشاد في آذاننا . هذا الشخص العزيز عليك المتوفى يسمى مرشد روحي Spirit Guide . لديك على الأقل مرشد روحي واحد وهو الذي معك منذ ميلادك وسيبقى معك حتى نفسك الأخير . عادة هذا المرشد الروحي يكون أحد أقاربك ، مثلا أحد أجدادك الذي توفى قبل ميلادك بسنوات عديدة .

المرشد الروحي يعرف كيف يساعدك بدون أن يتعارض مع حرية إرادتك أو مع الدروس المعدة لتطورك الذاتي في الحياة . لذلك ، المرشد الروحي سوف لن يأخذ قرارا نيابة عنك أبدا . بدلا عن ذلك ، سوف يساعدك لترى الخيارات المختلفة المتاحة أمامك ثم سيلح عليك لتتخذ قرارات مبنية على المحبة واللطف . مثل مدرب محب ، مرشدك الروحي بلطف يشجعك لتعامل نفسك والآخرين باحترام .

الأشخاص العزيزين عليك المتوفين حديثا ربما يأتون إليك أو إلى أحلامك ليسلموك رسائل . هؤلاء ليسوا مرشدين روحيين ولا ملائكة حارسة ، لأنه لم يعهد إليهم أن يكونوا بجوارك دائما . المرشدين الروحيين والملائكة الحارسة هم معنا منذ الميلاد إلى حين أن ننتقل إلى السماء . الناس الذين توفوا حديثا لم يمروا خلال تدريب كاف لكي يوظفوا كمرشدين روحيين . المرشد الروحي هو دور له احترام وإجلال يتطلب الكثير من التعليم والتدريب في العالم الأخروي . هؤلاء الذين توفوا حديثا في أحيان كثيرة يميلون لإعطاء نصيحة أو يمارسون تأثيرا بدون أن يعرفوا أن هذا يتعارض مع حرية إرادة الشخص الحي .

شخص عزيز عليك توفي حديثا سيعطيك نصيحة محددة أكثر، وأكثر قوة مما سيعطيك مرشد روحي . هذا الشخص المتوفى حديثا قد يتدخل متخطيا حرية إرادتك أو يأخذ القرارات نيابة عنك . هذا لماذا كثيرا ما يستغرق الأمر وقت طويل جدا – مثلا جيل كامل – قبل أن يصبح شخص متوفى مستعدا ليتولى القيام بوظيفة مرشد روحي . وهذا هو سبب آخر لماذا نحن عادة نجد الأجداد كمرشدين روحيين بدلا عن الآباء . الأجداد استفادوا من المدة الطويلة التي تلقوا فيها تدريبا وتعليما في العالم الروحي .

لذلك ، إنها لفكرة حسنة أن نطلب من الله الإرشاد قبل أن نقبل نصيحة شخص عزيز توفى حديثا . هذا الشخص هو حسن النية ، ونحن أحيانا وعلى نحو غير صحيح نعتقد أنه حالما يتوفى شخص ما فإنه يكون لديه القدرة على امتلاك جميع المعرفة والحكمة . ولكن ، حينما يموت الناس ، فإنهم لا يعرفون وبشكل أوتوماتيكي كيف يمتلكون جميع المعرفة والحكمة الكونية . هذه المهارة تتطلب تدريبا ، في الحياة الدنيوية والأخروية كلاهما . الحقيقة هي أن ذاتنا السفلى (الأنا) تتبعنا إلى العالم الأخروي ، والأرواح غير المدربة ، بالرغم من أنها محبة وذات نية حسنة ، كثيرا ما تعطي نصيحة من (الأنا) الخاصة بها . علينا أن نستخدم الحذر ، ونسمع النصيحة فقط عندما تبدو صحيحة .

تقول دورين ، على الرغم من ذلك ، لقد رأيت أمثلة وشواهد حيثما شخص عزيز متوفى حديثا أعطى إرشادا لا يمكن وصفه إلا بأنه سماوي .

مارنا

أوصلت مارنا صديقا إلى رصيف إنزال الركاب في مطار لوس أنجلوس الدولي . فتحت مارنا صندوق السيارة وأخرجت الحقائب . ودعت مارنا صديقها ، ثم استدارت لتسحب مفتاحها من صندوق السيارة . لكنه كان عالقا !

لوت مارنا المفتاح حتى خرج في النهاية . لكن ، عملية اللوي جعلت المفتاح منحنيا جدا لدرجة أنها لم تستطع إدخاله لتشغيل السيارة . أصيبت مارنا بالهلع . سيارة قادمة طلبت منها التحرك ، ورجل أمن بالمطار نظر باتجاه مارنا . كيف يمكنها الخروج من المطار المزدحم ؟

مارنا في الحال نادت أمها المتوفاة للمساعدة . برغم كل شيء ، أمها كانت قد ساعدتها في طلبات أخرى . حالما فكرت مارنا ، " أمي ، ساعديني على مفتاح السيارة هذا ، أرجوك ! " تلقت مارنا ردا سريعا عن طريق معرفتها الروحية الصافية . الفكرة التي أتت إلى مارنا ، " ضعي مفتاح السيارة بفمك و قومي بليه إلى شكله الأصلي بأسنانك ". بدون تردد أطاعت مارنا هذه الفكرة وأصبح المفتاح مستقيما في الحال . قامت مارنا بتشغيل السيارة ، وحالما سارت في طريقها ، قالت بصوت عال ، " شكرا أمي ، أنت ملاك " .

تقول دورين ، أثناء جلسة استشارة تلفونية ، جدة عميلة لدي اسمها كيمبرلي المتوفاة مؤخرا أيضا قدمت إرشادا صريحا مباشرا .

كيمبرلي

عندما رددت على الهاتف لأجل جلستنا ، بدأت ملائكة كيمبرلي بإخباري عن علاقتها المؤذية جسديا ، التي نقلت الحديث عنها لكيمبرلي ."إنهم يقولون أن صديقك لديه تقلبات مزاجية حقيقية . هو قد يكون لطيفا جدا أحيانا ، وهذا ما يجعلك تبقين معه . لكن في أوقات أخرى هو يعاملك بقسوة . أنت تستمرين في التوقع بأنه سيتوقف عن التصرف بقسوة ، وسيكون دائما لطيفا . لكن الملائكة يقولون أن هذا ليس من المرجح أن يحدث قريبا جدا ."

أكدت كيمبرلي صدق تصريحات الملائكة . لقد عبرت عن صدمتها لأنهم قد قدموا لي هذه المعلومات مبكرا في جلستنا . ثم أضافت ،" أتمنى من الملائكة أن يخبروني بأن أفارقه نهائيا وعلى نحو حاسم . أنا أعتقد أني لا أملك الشجاعة لتركه . لكن إن أخبرني أحد ،' كيم ، عليك تركه الآن ،' أنا متأكدة أني سوف أستطيع فعل ذلك ."

" الملائكة يقولون أنهم لا يستطيعون أن يخبروك ماذا ينبغي عليك أن تفعلي ، كيمبرلي ،" لقد رددت عليها . فقط آنذاك ، ببصري الصافي رأيت امرأة تظهر فوق كتف كيمبرلي الأيسر . أستطيع أن أميز ، من خلال سنوات كثيرة من التجربة مع حسي الروحي الصافي الذي يساعدني على معرفة صلة قرابة العديد من الناس الموتى بعملائي ، أنها كانت الجدة المتوفاة لعميلتي من ناحية أمها . لقد وضعت قبضة يدها اليمنى في الهواء وقالت باستمتاع شديد ،"حسنا ، أنا سأخبر كيمبرلي بأن تقطع علاقتها به !" لقد عرفت فورا أن هذه الجدة لم تكن مرشدة روحية ، لأن نصيحتها كانت معقودة بالغضب . المرشدين الروحيين ، الملائكة ، والله قد يعطون نصيحة قوية ، لكن أبدا ليس من باب الخوف أو الغضب .

كيمبرلي كانت سعيدة بأن جدتها تريد أن تساعد . لقد أوضحت لكيمبرلي بأن مرشدها الروحي الحقيقي وملائكتها سوف لن يتدخلوا في حياتها الشخصية إلا إذا كانت في موقف يعرض حياتها للخطر . عوضا ، إنهم سوف يقدمون وكزات خفيفة لجعل كيمبرلي تنظر عن قرب إلى علاقتها المؤذية لكي تستطيع اتخاذ قراراتها الخاصة . الله

والملائكة يعرفون أن تحمل مسئوليات حياتنا واتخاذ قراراتنا يؤدي إلى نمو وتطور شخصي عظيم .

الأشخاص الأعزاء المتوفين حديثا ، من ناحية أخرى ، في أحوال كثيرة يعتقدون أنهم يصنعون لنا معروفا عندما يقومون باتخاذ القرارات نيابة عنا . في أحيان كثيرة هم يتدخلون لإحساسهم بالذنب لعدم قيامهم بما يكفي لأجلنا عندما كانوا أحياء .

جدة كيمبرلي كانت تمطرني بكلمات ورؤى لتعبر عن آرائها الشديدة ." إنها تريني بأنها تلوي عنق صديقك ،" أخبرت كيمبرلي .

" هكذا تبدو على طبيعتها التي عرفتها " علقت كيمبرلي . لقد أبدت إلى أي مدى هي قدرت صراحة جدتها ، وأن هذا كان ما تحتاجه لتحفيزها على ترك علاقتها المؤذية .

وهكذا ، عند قبول الإرشاد من أي أحد – سواء كان زوجك ، صديقك ، أو جارك ، أو أحدا من عالم الأرواح – إنه من الأساسي أن تكون موجها من خلال حكمة ذاتك العليا كقاض وحكم نهائي . إن كانت النصيحة محبة ، داعمة ، وتبدو مناسبة لك ، آنئذ قد ينبغي عليك إتباعها . لكن أي إرشاد يبدو غير صادق أو ذاك الذي صيغ بسلبية فمن الأفضل تفاديه .

النهاية السعيدة لكل هذا النقاش هي ، أنت لست وحيدا . أنت محاط بالملائكة ، كائنات محبة من العالم الروحي ، المرشدين الروحيين ، وبالطبع ، الله .

تجاهل الإرشاد الإلهي

تقول دورين ، في حلقاتي الدراسية الناس كثيرا ما يصفون كيف أنهم تلقوا إرشادا إلهيا حقيقيا وتجاهلوه . امرأة كانت بالمسرح وسمعت صوتا يخبرها بأن تعود للمنزل في الحال . لقد تجاهلت الصوت وفي ما بعد اكتشفت أن حريقا قد دمر جزءا كبيرا من منزلها .

تقول هذه المرأة " منذ ذلك اليوم لم أعد أسمع أية رسائل من الله أو الملائكة " . " للتو عرفت أن صمتهم هو بسبب أنني لم أستمع عندما كان من الواجب علي ذلك " . كثير من الناس ، مثل هذه المرأة ، يعتقدون أن الاتصال الإلهي قد أمسك بسبب المرات التي لم ينتبهوا فيها لإرشاده .

إن الله وعالم الأرواح لا يتوقفون أبدا عن الحديث معنا . الاعتقاد بأن الله يمسك إرشاده أو فقط يمنح إرشاده لناس قلائل مختارين ينبع من الاعتقاد بأن الله والناس منفصلين عن بعضهما الآخر . يرون الله في مكان ، والناس في مكان آخر . بمعتقد كهذا ، نحن

نرى الله يحكمنا من على بعد ملايين الأميال . لا عجب أن ناسا لهم هذا الرأي يجدون صعوبة في تقبل أن الإرشاد الإلهي هو شيء طبيعي ، ومستمر بلا توقف .

تحكي دورين أيضا كيف أنها كانت سابقا تعتقد أن الله بعيد جدا عنها : " لقد كنت أراه كرجل عجوز ذي نزوات ، يعطي من أفضاله بتقتير لأشخاص محظوظين مختارين ، وكنت أظن بأنني إن استمعت له ، فسوف يطلب مني أن أعيش في تقشف ".

المراقبة

تقول دورين ، لقد كان لدي بعض القلق من خلال معرفتي بأن الله والملائكة وعالم الأرواح يراقبونني . ربما لأنني تربيت على الاعتقاد بأن بابا نويل يراقبني طوال السنة ثم يكافئني في عيد الميلاد بناء على سلوكي ، لقد ضايقني الاعتقاد بأن من في السماء يراقبونني وكأنني داخل حوض سمك . نعم ، بالطبع ، لقد رغبت أن يراقبونني عندما أكون في مواقف خطر . لكن بقية الوقت ، كنت أفضل أن يدعوني حسب رغبتي .

كل مرة تتحدث فيها إلي أصوات الملائكة ، عدت لإدراك أنني مكشوفة أمام السماء . لقد ذكرني ذلك بوقت ما بعد وفاة جدي مباشرة ، عندما كنت فتاة صغيرة خجولة ، لقد خفت من أنه قد يراني وأنا استحم أو أغير ملابسي . أردت العزلة والسيطرة ، والإرشاد الإلهي بدا كتدخل أكثر مما بدا كراحة ورفاهية .

لقد دعوت الله أن يطمئنني بخصوص هذا الموضوع . أتتني الإجابة على هيئة معرفة صافية دخلت أفكاري على نحو أكثر هدوءا من همسة . لقد علمني الله والملائكة أن عالم الأرواح ينظر إلينا بطريقة مختلفة كثيرا عن الطريقة التي ننظر بها لأنفسنا . إنهم ليسوا موجودين للسيطرة ، أو لإصدار الأحكام علينا أو لإحراجنا .

الله ، الملائكة ، الزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى ربهم ، وأعزاؤنا المتوفين لا يروننا كلحم وعظم . إنهم يرون أرواحنا الحقيقية ، وهم يراقبون كيف تؤثر صور أفكارنا thought forms في رؤيتنا لذاتنا وقراراتنا المستقبلية .

الشفاء من الاعتقاد بالإهمال

على الرغم من أن العالم الروحي دائما معنا ودائما يراقبنا ، إلا أن الكثير من الناس يعتقدون أن الله قد أهملهم . هذا الاعتقاد ينبع من التفكير بأن الله بعيد ويفضل بعضنا ويتجاهل الآخرين . التمسك بهذا المعتقد هو مصدر ألم لسنا بحاجة له . تقول دورين ، عندما كنت أكتب أطروحتي لدرجة الدكتوراه عن إساءة معاملة الطفل ، لقد اكتشفت الكثير من البحث العلمي الذي يستنتج أن الإهمال هو الشكل الأشد ضررا من أشكال إساءة المعاملة التي قد يقاسي منها الطفل . الإهمال يحط من احترام الطفل لذاته أكثر

من أي شكل آخر من أشكال إساءة معاملة الطفل ، ومن ضمن ذلك الإيذاء الجنسي والإيذاء الجسدي .

لقد اكتشف الباحثون أن هذا صحيح خصوصا بين الأطفال الذين تعرضوا للإهمال بشكل متقلب . هؤلاء الأطفال غير قادرين على أن يتنبئوا متى سيتلقون معاملة رديئة من والديهم ومتى سيتلقون معاملة حسنة . هؤلاء الأطفال بعد ذلك يشعرون بفقدان السيطرة ، والتشوش ، ويصبحون غير قادرين على التنبؤ بما سيحدث لهم .

الكثيرين منا كانوا قد شعروا بأنهم قد أهملوا بشكل متقلب من قبل الله . في بعض الأحيان ، يبدو لنا أن الله يجيب دعواتنا . في أحيان أخرى ، يبدو لنا أن الله لم يعد يستمع لدعائنا بطلب المساعدة . اعتقادنا أن الله يهملنا قد أثر فينا بشكل عميق . معتقداتنا بأن الله يهملنا قد حط من تقديرنا لذاتنا ومستوى طاقتنا وأثر في حالتنا النفسية .

ما ينبغي أن نعرفه ، أن الله لم يهملنا أبدا ، إنه نحن من أهمل الله . من خلال عدم رغبتنا بالتخاطب مع الله حول أمور حياتنا صغيرها وكبيرها ، قد أخفضنا صوته . من خلال الخيارات التي اتخذناها بحرية إرادتنا في ما يخص الحياة والموت ، لقد افترضنا أن الله مسئول عن أخذ الناس والفرص منا . لقد افترضنا أن الناس الآخرين يجنون من فضله الوفير أكثر منا . ونحن بطريقة خاطئة استنتجنا من هذه الملاحظات غير الصحيحة أن الله لا يأبه بنا . هذه المعتقدات بأنه لا يوجد ما يكفي من فضل الله لنا جميعا هو الذي يحدث الجرائم ، الحروب ، والتنافس .

فيض من نعم الله وفضله سيأتي لنا عندما نعمل بالمشاركة مع الله وملائكته .

الشفاء من آثار إساءة المعاملة دينيا

تقول دورين ، كطبيبة نفسية ، لقد عملت مع ناس عانوا من معاملة دينية سيئة . أشكال هذه الإساءة قد تنوعت . بعض الناس قد أجبروا على الذهاب إلى كنائس رغما عن إرادتهم . آخرين عانوا من الاستماع لخطب ومواعظ عن نار جهنم والخطايا . البعض عانوا من المواعظ التي أخبرتهم بأنهم مذنبون يجلبون الخزي .

أغلبنا قد عانى آلاما في علاقته مع الله . الإله ليس هو مصدر هذا الألم ؛ على الأصح ، تفسيرنا وترجمتنا لله أحدثت هذا الألم . عندما نرى الله كمصدر للألم والعقاب والانتقام ، فإننا وبشكل طبيعي سوف ننفر من التواصل مع الله . تصورنا أن الله موجود لمعاقبتنا ، والسيطرة علينا ، أو انتقادنا يخلق مشاعر من الخوف لدينا تجاه الله . إنه فقط عندما نبدأ بمعرفة الله أكثر وأكثر سوف ندرك أنه يوجهنا بحب وهو فحسب يصحح ، وليس يعاقب ، على أخطائنا .

الناجون من المعاملة الدينية السيئة بإمكانهم مداواة الندوب التي تعيقهم وتمنعهم من الانفتاح على الإرشاد الإلهي . الخطوة الأولى هي أن تكون راغبا بأن تشفى . أحيانا ، نحن نتعلق بالجرح والألم كأسلوب للانتقام . إنها طريقة للقول لله والناس المرتبطين بدين الذين قد سببوا أذى لنا ، " أنظروا ماذا فعلتم بي ؟ " . خلف رغبة الانتقام هذه يوجد رغبة بالوصول لله ورغبة بأن يشعر الآخرون بالأسى لأجلك – بمعنى آخر ، أن يحبوك .

عندما نتخطى هذه الرغبة بلفت انتباه الله وأعضاء الجماعات الدينية ، نأتي إلى الخطوة التالية : أن نكون راغبين بمغفرتهم والعفو عنهم . المغفرة والعفو لا يعني أن علينا أن نستحسن ما فعلوه . أنت لا تحتاج أن تقول " لا يهم ما فعلوه بي " . المغفرة هي فحسب قول " أنا لم أعد راغبا بأن أحمل ألما في ما يخص هذا الموضوع " . أنت تختار أن تعفو وتغفر لذلك بإمكانك أن تنعم بالأمان بدل الألم .

إنه من الجيد أن تتخيل أن الملائكة تحيط بك أثناء مرحلة شفائك من إساءة المعاملة الدينية . تصور أن الملائكة تحمل سلال صغيرة جميلة مكتوب عليها " الله و الدين " . تخيل نفسك تضع كل مشاعرك في ما يخص هذا الموضوع بداخل السلال ، وراقب الملائكة وهي تكنس كل الثقل بعيدا عنك . اشعر بنفسك تصبح أخف وأخف عندما تفرغ جيوب روحك في السلال . تصور الملائكة تبتسم وهي تساعدك في تجاوز كل مشاعر الذات السفلى تجاه الله .

تقول دورين ، من خلال التجارب الشخصية والسريرية ، لقد اكتشفت أن المفتاح الرئيسي لفتح قنوات الاتصال الإلهي هو مداواة وشفاء علاقتنا مع ذاتنا الحقيقية ومع الله . كثير من الناس لديهم مخاوف عميقة إنهم إن أعادوا الاتصال مع الله ، فإنهم سوف يلقون العقاب على ذنوبهم .

كيف تعرف الإرشاد الإلهي الحقيقي

الإرشاد الإلهي وذاتك العليا

لتلقي إرشاد يعتمد عليه ، من الضروري تمييز الحكمة الإلهية الحقيقية من مجرد التفكير المبني على الخوف أو الرغبة . حالما تفهم الاختلافات ، فسوف تتبع الإرشاد السماوي الحقيقي بثقة أكبر .

لحسن الحظ ، الفروق بين الإرشاد السماوي والإرشاد الزائف غير الحقيقي هي واضحة . الإرشاد السماوي يأتي من الله ، وملائكته ، والزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى جوار ربهم ، والأقرباء العزيزين عليك الذين رحلوا إلى ربهم ، وذاتك العليا (أيضا تسمى الذات الحقيقية) . جميع الإرشاد المزيف يأتي من ذاتك السفلى (أيضا تسمى الأنا) .

المقصود بالذات العليا هو ذلك الجزء من ذاتك الذي يبقى تماما كما خلقك الله . ذاتك العليا مرتبطة بالله أبديا ، وهي تعمل كجهاز استقبال لكلام الله ، وملائكته ، و والزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى جوار ربهم . هذا هو مصدر الإرشاد السماوي الحقيقي .

أما الذات السفلى لكل منا فقد صنعناها من خلال اعتقادنا المخيف أننا منفصلين عن الله والناس الآخرين . وهي تتكون تماما من الخوف . لذلك إن تتخلص من مخاوفك ، الذات السفلى تفقد وجودها .

كيف نميز الإرشاد الحقيقي من الإرشاد الزائف

كلما سألت سؤالا ، فإنك تستلم إجابة . من المحتمل أنك مرات عديدة تبعت حدسا بدا لك مؤكدا . في ما بعد ، عندما قوبلت أفعالك بخيبة الأمل ، فإنك فقدت بعض ثقتك في حدسك . الآن ، رغم أنك بشدة ترغب أن يرشدك العقل الإلهي ذي القدرة المطلقة ، إلا أنك غير متأكد ما إذا كنت ستتعرف على الإرشاد الإلهي الحقيقي . قد تتساءل " ماذا لو خدعت نفسي مرة أخرى ، وخلطت بين الإرشاد الحقيقي وخيالي " .

الإرشاد الإلهي لا يضيع أبدا

دورين فيرشو أوضح لها الله كيف أن مخاوفنا تعترض اتصالاته معنا . لقد شبه لها الإله اتصالاته بالاسطوانات المدمجة التي ينقلها إلى عقولنا التي شبهها بمشغل الاسطوانات . وأنه في بعض الأحيان الغبار الذي على قلوبنا وعقولنا يجعلها عند القراءة تتخطى سطورا وبيانات أساسية عند استقبال الكلمات الإلهية . لذلك نحن نخطئ في فهم الإجابات التي نتلقاها عند دعائنا للإله بسبب الأخطاء الموجودة في الاستقبال من جانبنا . لذلك حينما نعتقد أن الله لم يعطنا إجابة كاملة على سؤالنا ، هذا مجرد لأننا تخطينا جزءا مما أخبرنا الله . المعلومات الإلهية لا تضيع أبدا ولكنها تخطيت للحظة . من هنا تبرز أهمية ما يسمى العقل المنفتح . فبدون هذا الانفتاح فإن مشغل الاسطوانات يبقى عليه غباره .

الإرشاد الحقيقي مقابل الإرشاد الزائف

- الإرشاد الحقيقي له ميزة النضج ؛ إنه يبدو كمدرب يحثك ويدعمك بنبرة مثل " بإمكانك أن تنجح " . التفكير المبني على الخوف أو التمني يبدو أكثر مثل مراهق مشحون بالشكوك والتهور ، له نبرة مثل " من الأفضل لك أن تسرع وتفعل ذلك وإلا سبقك شخص آخر " . الإرشاد الحقيقي له حس محب ومنشط ، بينما الإرشاد الزائف يهدم ثقتك ويضعف حماسك .

- الإرشاد الزائف ينتقل من موضوع إلى آخر بسرعة ، إنه سيخبرك بأن تفعل شيئا ما يوم الاثنين ، بعدها سيخبرك بأن تفعل شيئا معاكسا تماما يوم الثلاثاء . ويوم الأربعاء ، سيغير رأيه مرة أخرى ! إن استمعت للإرشاد الزائف فإن حياتك ستصبح دائما فوضى .

الإرشاد الحقيقي على العكس ، سيكرر نفسه بثبات على مدى أيام كثيرة ، شهور ، وسنوات إن لم تتبعه .

- الإرشاد الحقيقي يدور حول مساعدة الآخرين . كل واحد منا ، بدون استثناء ، لديه مهمة لينجزها في حياته . هذا الهدف أو المهمة الإلهية ، دائما لها موضوع رئيسي وهو المحبة و تقديم المساعدة والخدمة للعالم . هذه المهمة قد تتخذ أشكالا عديدة ، كأن تكون معالجا ، معلما ، مؤلفا ، أو تخترع شيئا يفيد العالم . كثير من الناس يجعلون من هدفهم الإلهي وظيفة لهم ، بينما بعض الناس ينجزون هدفهم الإلهي من خلال العمل التطوعي أو الهوايات .

وهكذا دلالة رئيسية أخرى للإرشاد الإلهي الحقيقي هو أنه يدفعك لاكتشاف وإنجاز مهمتك الإلهية . تقول دورين ، عندما تلقيت رؤى وأحاسيس تخبرني بأن أكون معالجة وأؤلف كتبا ، لقد عرفت أنه كان إرشادا حقيقيا لأنه بثبات ألح علي بأن أقدم إسهاما للعالم . مهما تجاهلت وتهربت من الإرشاد ، فإن رسالته بقيت ثابتة على المبدأ مثل دقات عقارب ساعة الحائط الثابتة ، " اشفي حياتك ، اشفي الآخرين ، ألفي كتبا . اشفي حياتك ، اشفي الآخرين ، ألفي كتبا . " أنا متأكدة تماما أني إن اخترت أن أتجاهل هذا الإرشاد ، فإنه في المستقبل كما في الماضي سوف يعزف نفس النغمة .

الذات السفلى تستفيد من حقيقة أن أغلب الناس خائفين من أن يفشلوا في مهمتهم الإلهية . لذلك الإرشاد الزائف سيخبرك أشياء مثل ، " من تعتقد أنك تكون لكي تفكر حتى بأن تقدم إسهاما إلى العالم ؟ من الأفضل لك ألا تحاول حتى ، لأنك حتما ستفشل . ثم ستتعرض للسخرية ، وتجلب العار لنفسك وعائلتك ، وتخسر كل مالك . ستجعل الأمور أسوأ مما هي عليه . لا تحاول حتى " .

- الإرشاد الحقيقي لا يماطل . الإرشاد الإلهي الحقيقي سوف يدفعك برفق طوال حياتك لإنجاز هدفك في الحياة . الهجوم المعاكس لذاتك السفلى سيحاول إقناعك بتأجيل العمل على إنجاز مهمتك . ستقول الذات السفلى " أنت لست جاهزا للبدء الآن " . إنها سوف تخبرك ، قبل أن تستطيع البدء بمهمة حياتك ، عليك أولا أن تأخذ دروسا أخرى ، تقرأ كتابا آخر ، تمتلك المزيد من المال أو الوقت ، أو تخفف وزنك ، أو أنها سوف تستخدم تكتيك تأجيلي آخر .

في أي وقت تستلم إرشادا يجعلك ترغب بوضع أولوياتك العليا في موقع ذي أهمية ضئيلة نسبيا ، بإمكانك أن تكون واثقا أنه إرشاد زائف . الإرشاد الحقيقي يريدك أن تعمل على الأمور الهامة في الحال . الإرشاد الإلهي سوف يؤكد لك بأنك تمتلك

الكثير من الموهبة ، والإبداع ، والمهارة الآن . إنه قد يطلب منك أن تحصل على المزيد من التدريب ، لكنه أبدا لن يلمح إلى أنك تحتاج تعليما لأنه في الوقت الحاضر ينقصك .

الإرشاد الزائف ، على النقيض ، يقول ، " من الأفضل لك أن تحصل على درجة أو شهادة أخرى ، وإلا فإن الناس سيكتشفون أنك غير مؤهل حقيقة ." تقول دورين ، نحن الأطباء النفسيين نسمي هذا " ظاهرة المحتال ،" حيث الأنا تخدعك لكي تصدق بأنك لا تستحق السعادة والنجاح . الأنا تدعوك محتالا غير مؤهلا تزيف طريقك نحو النجاح . سوف تحذرك أنه سريعا شخصية خبيرة ما سوف تكتشف احتيالك وتأخذ كل شيء منك . أرجوك اعلم أن كل واحد يستمع إلى ذاته السفلى يتقاسم هذا الخوف . هذا لا يعني أنك حقا دجال ومحتال إن كنت تستلم هذه الرسالة من الأنا .

الإرشاد الزائف يعزز تصرفات التكتيك التأجيلي ليخدعك . تقول دورين ، عندما كنت خائفة من أن أتبع الإرشاد الإلهي الموجه لي بأن أؤلف كتبا ، لقد أجلت الأمر بالإكثار و المبالغة في الأكل . لقد وجدت ليس فقط أني استطعت أن أستخدم الطعام لأكتم وأخمد صوت وأحاسيس ورؤى إرشادات الله ، لكني استطعت أيضا أن أبقى دائما مشغولة . الإكثار من الأكل يستغرق ساعات وساعات ، برغم كل شيء . أنت تقضي وقتا تفكر في الطعام ، وتتسوق لشراء الطعام ، وتحضر الطعام ، وتأكل الطعام ، وتنظف أواني الطعام ، وبكآبة تتمنى لو كنت أنحف .

إرشاد الذات السفلى كثيرا ما يدفعنا باتجاه تكتيكات التأجيل . هذه تشمل كل السلوكيات المتسمة بالإدمان . الشرب والأكل الإجباري ، تعاطي المخدرات ، التدخين ، مشاهدة التلفزيون ، تصفح الإنترنت ، التسوق ، والعلاقات المتسمة بالإدمان هي الطرق المفضلة لدى الأنا لحجب صوت الله عندما لا تكون مستعدا لاستقباله . الإدمان بكافة أشكاله يؤدي للشعور بالذنب لأنك بأعماقك أنت تدرك أنه هدر عظيم للوقت . على مستوى عميق ، أنت تعلم أنك تتجاهل خطة الله العظيمة المعدة لك . نحن ننهمك في تكتيكات التأجيل بسبب مخاوف من الاعتراف بالإرشاد الإلهي الموجه لنا وإتباعه .

- الإرشاد الحقيقي قوي وجبار . صوت الإرشاد الإلهي عال جدا وقوي بحيث أن تجاهله يتطلب الكثير من الجهد . برغم كل شيء ، إن الله يتحدث إلينا على الدوام .

تقول دورين ، لقد وجدت أنه كلما كان لشخص هدف أكبر في الحياة ، كلما كان لديه خوف أكثر تجاه هذا الهدف . بالطبع ، كلنا لدينا هدف كبير . من ناحية أخرى ، حياة بعض الناس صممت لكي تؤثر في كثير من الناس من خلال كتبهم ، اختراعاتهم ، دروسهم التعليمية ، أعمالهم ، أو مغامراتهم المتسمة بالإبداع . هذا ما أسميه أهداف كبيرة . لذلك إن كنت تشعر بالخوف بشدة من سماع المخطط الإلهي لحياتك ، فربما يكون السبب أن لك هدف كبير في الحياة . وهذا هو السبب الأكثر

احتمالا لماذا لديك صعوبة في سماع صوت الإله : أنت تختار أن لا تسمع ، ما دمت عوضا تؤجل مواجهة والتغلب على خوفك من الفشل .

أحيانا يبدو الأمر وكأن الله والملائكة يطاردوننا عندما ننحرف عن طريق مهمة حياتنا الحقيقية . على سبيل المثال ، بعد أن تخرجت من الكلية وأصبحت مؤلفة للكتب الأكثر مبيعا ، كنت بين حين وآخر خبيرة مستضافة في برامج المناقشات على المذياع والتلفزيون . لقد وجدت أني إن كتبت كتبا ومقالات عن مواضيع ذات شعبية مثل الحمية الغذائية والشؤون الغرامية ، فإن برنامج عملي ورصيدي في المصرف سيبقيان ممتلئان بثبات . من رسائل القراء التي استلمتها ، لقد علمت أني كنت أساعد الآخرين بكلماتي التي كتبتها . ومع ذلك كنت عاطفيا وعقليا لا أحس بالإنجاز من خلال هذه الأنشطة . لقد عرفت أنه كان من المفروض علي أن أركز عملي على الأمور الروحانية ، لكني كنت خائفة من أني لن أستطيع صنع معاش لي من خلال هذا العمل .

ذات مساء ، بينما كنت أشاهد التلفزيون ، شعرت بتغير قوي في ضغط الهواء قرب رأسي وعنقي وكتفاي . بصري ضاق ، وبدا التلفزيون على بعد ملايين الأميال . شعرت وكأن حشدا غير مرئيا من الكائنات كانوا يدفعونني بعجلة إلى غرفة منعزلة ليخبروني بشيء عاجل . غير قادرة على التحرك أو الكلام ، ببساطة أنصت .

" لماذا أنت تهدرين حياتك بهذه الطريقة ؟" بوضوح سمعت صوتا يقول داخل رأسي . كنت أعلم أنه لم يكن صوتي . حيث أنني كنت منهمكة تماما في مشاهدة التلفزيون . الصوت الذي بداخلي استمر ، " فكري للحظة فيمن هما والداك ، واسألي نفسك لماذا اخترتهما في هذه الحياة ."

التعبير فاجأني ، لأنه حتى ذلك الوقت ، كنت دائما قد فكرت في ميلادي كحدث عرضي ، تسلسل جيني هو الذي أنجبني . أبدا لم يخطر ببالي أن لي أية علاقة بعملية الاختيار .

" أي دروس قد صممت لهذه الحياة باختيارك هذين الوالدين بالذات ؟ " كرر الصوت . لقد فكرت في الدروس القيمة والصفات التي استلمتها من أمي وأبي . أمي ، معالجة روحانية ، قد علمتني عن القوة الشفائية التي لا تصدق لأفكارنا وصلواتنا . أبي ، كاتب كان يؤلف كتبا ومقالات عن الطائرات النموذجية ، قد بين لي أهمية أن يتبع الإنسان قلبه عند اختيار مهنته . في سنوات مبكرة من حياتي ، أبي ترك وظيفة مربحة ليمارس عملا يهمه بحق . القاسم المشترك بين حياة كلا والداي كان رفضهما وضع المال متقدما على اهتماماتهما الفطرية .

لقد استغرقت في التفكير في الدروس والقوة التي استلمتها وأنا أكبر ، عندما أجفلني الصوت بأن سألني ، " هل ستضيعين دروس هذه الحياة ؟ " تغير ضغط الهواء حولي بحيث أصبح ظهري مستندا على الكرسي التي كنت مستلقية عليه . لقد

شعرت بأن قوى محبة قد ثبتتني ، تسأل لماذا لم أفي بعقد مجهول ما كنت قد وقعته .

لقد شعرت بالذعر بداخلي وكأن أحدا يمسك بي تحت محيط عميق . ومع ذلك صدق الرسالة قد وخز ضميري أيضا. لم أكن أتهرب من الوجود الملائكي بقدر ما كنت أحاول الهروب مما أعرفه في أعماق قلبي : لقد كنت أتجنب فعل ما كنت أعرف أنه ينبغي علي القيام به ؛ بدلا ، كنت أملأ أيامي بأنشطة ليس لها معنى أو قيمة ذاتية .

الوجود الملائكي أوضح لي من خلال عملية نقل الأفكار المسماة المعرفة الروحية الصافية ، أننا جميعا نختار وضعنا العائلي . قبل ميلادنا ، نحن نختار الحياة العائلية التي ستمنحنا النمو ونختار مسبقا الدروس التي سنتلقاها في حياتنا . أنا اخترت عائلتي هذه لأحظى بدروس سوف تساعدني في هدف حياتي كمعالجة ومعلمة روحانية .

لقد تأملت وفكرت في الرسالة . ببطء عاد ضغط الهواء وبصري إلى حالته الطبيعية . لكني أنا لم أكن طبيعية ، على الأقل من ناحية كيف كنت أشعر منذ عشر دقائق مضت . الصوت والوجود الملائكي أحضر إلى الواجهة كل أفكاري ومشاعري الموجودة باللاوعي حول مهنتي ، وحياتي ، وذاتي .

الإرشاد الإلهي الحقيقي أحيانا يأتي بطرق محبة لكن قوية وفعالة ، كما في حالتي . برغم ذلك ، الإرشاد الإلهي ليس قائم على المواجهة . في الحقيقة ، حتى عندما تواجه الملائكة سلوكياتك غير المثمرة وغير الصحية ، أنت تشعر أن ذلك ينبع من محبة غير مشروطة . أيضا أنا أعتقد أن هذه المحاكمات السماوية تجيب صلواتنا بطلب المساعدة . بمعنى آخر ، نحن بأنفسنا طلبنا المواجهة .

- الإرشاد الحقيقي يبدو مألوفا . الإرشاد الحقيقي كثيرا ما يكون له نغمة مألوفة ، مثل خاصية " أنا أعلم ذلك " . الإرشاد الزائف ، على العكس ، يبدو غير منسجم مع شخصيتك واهتماماتك وأسلوب حياتك العادي . ومع ذلك ، الإرشاد الحقيقي قد يطلب منك أن تجرب وظيفة أو علاقة أو منزلا جديدا قد تشعر أنه بعيد المنال . سوف تعرف أنه إرشاد حقيقي بواسطة رسالته الضمنية ، " ثق ، وكن مؤمنا " . الإرشاد الزائف ، على العكس ، سوف يتحدى طموحاتك ويقول " لا تحاول حتى " .

- الإرشاد الحقيقي يتحدث بصيغة الشخص الآخر . إنه سيبدو وكأن شخصا آخر يتحدث إليك . إنه قد يناديك بالاسم أو يبدأ الخطاب بكلمة " أنت " . الإرشاد الزائف عادة يبدأ حديثه بكلمة " أنا " بسبب اتجاهه الأناني . الذات السفلى تعتقد أنها – وليس ذاتك الحقيقية – هي مركز الكون .

- الإرشاد الحقيقي يشعرك وكأنه عناق دافئ . إن كنت تميل للحس الصافي ، فإن طاقة دافئة من المحبة ترافق الإرشاد الحقيقي ، سواء كانت تحيط بك ، أو بداخلك . الشخص ذو الحس الصافي عندما يستلم إرشادا زائفا تكون لديه مشاعر باردة واخزة مؤلمة .

- الإرشاد الحقيقي يدعمك . الإرشاد الحقيقي ، في بعض الأحيان ، قد يعطيك أخبارا مبدئيا قد تبدو مرعبة . على سبيل المثال ، الملائكة قد تخبرك عن تغيير وشيك في الوظيفة أو تحذرك من أن علاقتك قد شارفت على الانتهاء . من ناحية أخرى ، الإرشاد الحقيقي دائما سيتركك تشعر بأنك محبوب ومدعوم . على النقيض ، الإرشاد الزائف يثير خيالات كريهة حول سيناريوهات مستقبلية محتملة . رسائل الذات السفلى هذه دائما تتركك تشعر أنك بلا حول ولا قوة ، مضطهد ، أو ضحية . بإمكانك تمييز الإرشاد الحقيقي من الزائف بأن تسأل نفسك . " هل أشعر أني قد منحت مساعدة بهذه الرسالة ؟ " طبعا ، منح المساعدة لا يعني الفوز على حساب شخص آخر . الإرشاد الحقيقي يتضمن منح المساعدة بحيث يفوز الجميع .

- الإرشاد الحقيقي صريح وفي صميم الموضوع . إنه لا يسرف في الكلمات ، ولا يعطيك رسائل غامضة ما دام الله يريدك أن تفهم معناها بوضوح . الإرشاد الزائف يحوم حول الموضوع ويعطي تبريرات أكثر من بائع قلق . الإرشاد الزائف يمطرك بكلمات كلها مشوبة بالخوف والقلق .

- الإرشاد الحقيقي يأتي فجأة وبكل ما في الكلمة من معنى . الإرشاد الحقيقي في أحوال كثيرة يأتي كقطعة كاملة من المعلومات فجأة ، عادة استجابة لصلاة أو تأمل . أحد الاختبارات لتعرف ما إذا كان إرشادك حقيقيا أو زائفا هو بأن تعيد تعقب خطواتك في التفكير . هل يوجد سلسلة من الأفكار قادتك إلى إرشادك ؟ هذا عادة الإرشاد القادم من الذات السفلى . إرشاد الذات العليا قد يأتي استجابة لسؤال سألته ، لكن عادة لا يكون له قافلة من الأفكار . على سبيل المثال ، إن فجأة فكرت في صديق سابق لم تره منذ سنوات . إنه الإرشاد الحقيقي الذي يحاول أن يخبرك بأن تتصل بهذا الشخص ؟

لتكتشف ، تعقب أفكارك باتجاه الخلف من النقطة التي فكرت فيها بهذا الشخص . مع الإرشاد الزائف ، سوف تكتشف ، على سبيل المثال ، أنك أولا فكرت في نجم سينمائي ، يذكرك بفيلم قديم قام ببطولته ، مما جعلك تتذكر الذهاب إلى دار السينما ، ومن ثم جلب ذكريات الصديق القديم . في الإرشاد الحقيقي ، أنت تفكر في الشخص فجأة ، بدون القافلة المؤدية إلى الفكرة .

- الإرشاد الحقيقي لا يضعنا أبدا فوق أو تحت الآخرين . الإرشاد الزائف تقريبا دائما يتضمن سيناريوهات تظهر فيها في دور البطولة . الذات السفلى دائما تحاول إقناعك ، إن تبعت إرشادها ، فإن الكل سوف يعجب بك ويحترمك . الإرشاد

الزائف دائما يضعك في دور البطولة ، دور عادة يجعلك تتنافس ، تهاجم ، أو تفوز على حساب الآخرين .

عندما ترشدك ذاتك الحقيقية ، فسوف تلعب نوع مختلف من الأدوار . الإرشاد الحقيقي يريك سيناريوهات تصنع فيها إسهاما ذي معنى بمواهبك الطبيعية .

طرق وقنوات الاتصال مع الله

هل حدث مرة أن :

- رأيت صورة أو مشهدا داخل عقلك وأنت مستيقظ أو وأنت تحلم وفي ما بعد تحقق ما رأيته ؟
- سمعت صوتا مفاجئا حذرك من خطر وشيك ؟
- اعتراك شعور قوي بشأن موقف أو شخص ما وفي ما بعد اتضح أنه صحيح ؟
- فجأة وعلى نحو يتعذر تفسيره " عرفت" شيئا ؟

هذه أمثلة للطرق الأربع التي يتصل بها الله و عالم الأرواح بنا .

كل فرد منا لديه أربع أساليب أو قنوات لتلقي الإرشاد والهدي الإلهي من خلال البصر ، السمع ، الإحساس ، والفكر :

- الاستبصار Clairvoyance ، أو الرؤية الصافية الشفافة ، وهي رؤية كل ما هو واقع وراء نطاق البصر ، حيث يكون الإرشاد الإلهي على هيئة صور غير متحركة أو فيلم صغير يراه خيالك داخل أو خارج رأسك .
- السمع الصافي الشفاف Clairaudience ، أي سماع كل ما هو واقع وراء نطاق السمع ويتضمن سماع الإرشاد قادما من خارج أو داخل العقل . هذا هو الصوت الذي تسمعه داخلك . إنه قد يبدو مثل صوتك أو قد يبدو كصوت مختلف عن صوتك .
- الحس الصافي الشفاف Clairsentience ، ويتضمن تلقي الإرشاد الإلهي على هيئة مشاعر أو إحساس جسدي مثل شم رائحة ، أو انقباض العضلات ، أو لمسة .
- المعرفة الصافية الشفافة Claircognizance ، وتعني فجأة أنت تعرف حقيقة أو شيئا ما بدون أن تعرف كيف عرفت ذلك .

نحن عادة نتلقى الإرشاد الإلهي من خلال نفس قناة أو قنوات الاتصال التي نستخدمها خلال تجاربنا اليومية . على سبيل المثال ، إن كنت على الأغلب مهتما بما تراه أثناء أنشطتك اليومية ، فمن المحتمل أن تتلقى الإرشاد الإلهي عن طريق البصر . إن كنت

عادة توجه اهتمامك لأصوات الناس ، والموسيقى ، والإزعاج فسوف تتلقى الإرشاد الإلهي عن طريق السمع . أشخاص آخرون يعيشون تجربتهم في الحياة من خلال عواطفهم وأحاسيسهم ، وهؤلاء سيتلقون الإرشاد الإلهي من خلال الحس الصافي . أما الذين يركزون انتباههم على الرسائل والمعاني الضمنية لتجاربهم الحياتية فسوف يتلقون الإرشاد الإلهي عن طريق المعرفة الصافية .

كل واحد منا لديه المقدرة على تلقي الإرشاد الإلهي من خلال هذه الأربع قنوات جميعها . من ناحية أخرى ، الأشخاص الذين لديهم اهتمام نشأ للتو حديثا لتطوير ذاتهم روحانيا عادة لديهم فقط قناة أو اثنتين مفتوحتين في البداية . بعد مدة من الزمن والتمرين فإنهم تدريجيا يفتحون القنوات الأخرى .

اكتشاف قنوات الاتصال الإلهي لديك

التمرين الأول

هذه أسئلة لمساعدتك في تحديد قنوات الاتصال الإلهي لديك في الوقت الحاضر .

- ما ألاحظه أولا عندما أتعرف بشخص لأول مرة هو :

أ- كيف يبدو هذا الشخص ، مثل تعبيرات وجهه ، تسريحة شعره ، أو طريقة لبسه .

ب-صوت ونبرة وجهارة صوت الشخص .

ت-ما إذا كنت مرتاحا برفقة هذا الشخص أم لا .

ث-ما إذا كان الشخص لديه معلومات مشوقة ليناقشها معي أم لا .

- آخر فيلم استمتعت بمشاهدته كان به :

أ- مشاهد جميلة أو ممثلين جذابين وممثلات جذابات .

ب-موسيقى رائعة وأصوات معبرة .

ت-قصة أثرت بي عاطفيا وجعلتني أشعر بالتحمس .

ث-رسالة رائعة جعلتني أتعلم شيئا جديدا .

- أي من هذه التعبيرات من المحتمل أكثر أن تقول ؟

أ- "إني أرى (أدرك) ما تعنيه ."

ب-" أنا اسمع ما تقول . "

ت-"هذا ما أشعر به تجاه هذا الموقف . "

ث-" دعني أفكر في ذلك ."

- كلما كنت أحل مشكلة ، أنا على الأغلب :

أ- أتصور حلول ممكنة مختلفة .

ب-أتحدث إلى نفسي ، إلى أن آتي بحل .

ت-أفكر مليا في الموقف إلى أن أحصل على شعور بالطمأنينة .

ث-أنتظر جوابا يظهر في عقلي .

- مهنتي المثالية تتضمن :

أ- مساعي فنية كالرسم ، الرسم الزيتي ، النحت ، التصوير ، فن العمارة ، أو صناعة الأفلام السينمائية .

ب-تأليف الألحان ، عزف الموسيقى ، أو إلقاء الخطابات .

ت-الاستشارة ، المعالجة ، الرقص ، أو كتابة الشعر .

ث-البحث ، العلوم ، كتابة الكتب والمواضيع غير الروائية ، الطب ، أو الاختراع .

- أكثر ما أحبه في الطبيعة هو :

أ- أزهار وأشجار جميلة ، ومناظر جميلة أخرى .

ب-أصوات العصافير والحيوانات والأمواج المتكسرة على الشاطئ والريح .

ت-الروائح والهواء المنعش .

ث-أنا لا أخرج للطبيعة كثيرا ، لكن أرغب بقضاء بعض الوقت وحدي في الهواء الطلق .

- ما أرغب بأن أحسنه بشكل أكبر في نفسي هو :

أ- مظهري الجسماني .

ب-صوتي .

ت-ما أشعر به تجاه نفسي .

ث-معرفتي حول الموضوع المفضل لدي .

- إن تلقيت المزيد من المال ، أول شيء سوف أفعله هو :

أ- شراء شيء لتجميل حياتي ، مثل صورة زيتية ، قطعة مجوهرات ، أو أثاث جديد .

ب-الحصول على مقعد أمامي في حفل موسيقي للموسيقيين المفضلين لدي .

ت-الذهاب في رياضة روحية تجدد الشباب .

ث-تحديث نظام كمبيوتري .

- إن أستطع مقابلة شخص شهير ، حيا أو ميتا ، الشخص الذي أرغب بمقابلته أكثر :

أ- نجمي السينمائي المفضل .

ب-الموسيقي المفضل لدي .

ت-مؤلف عمله الأدبي جعلني فعلا أشعر بالرضا تجاه نفسي .

ث-مخترع شهير غير مجرى التاريخ .

- أكثر شيء يضايقني في المطاعم هو أنها :

أ- مظلمة أكثر مما ينبغي ، بحيث أجد صعوبة في رؤية قائمة الطعام ومرافقي على المائدة .

ب-مزعجة أكثر مما ينبغي ، بحيث أجد صعوبة في سماع الحديث على طاولتي .

ت-مزدحمة أكثر مما ينبغي ، بحيث يكون من الصعب علي الاسترخاء والاستمتاع .

ث-غالية أكثر مما ينبغي ، بحيث تجعل من الصعب علي أن أفهم لماذا علي أن أتناول الطعام في الخارج بدل الأكل في المنزل .

- أحب أن أسترخي بواسطة :

أ- مشاهدة التلفزيون أو فيلم سينمائي .

ب-الاستماع للموسيقى .

ت-التنقع في حمام ماء ساخن .

ث-قراءة كتاب جيد .

- عندما أذهب في إجازة ، أقضي الكثير من الوقت :

أ- ألتقط صورا بالكاميرا أو أسجل مشاهد بكاميرا الفيديو .

ب-أتحدث مع السكان المحليين .

ت-أتناول الأطعمة المحلية اللذيذة .

ث-أتعلم عن تاريخ المنطقة .

- الاعتبار الأكثر أهمية لدي عندما أتسوق لشراء سيارة جديدة هو :

أ- مظهرها : موديلها ، لونها ، وتصميمها .

ب-صوت المحرك ، جودة النظام الصوتي بها ،أو هدوؤها من الداخل .

ت-ارتياحي ومتعتي أثناء قيادتها .

ث-التقدير الذي منح للسيارة بواسطة تقارير المستهلكين .

- الميزة الرئيسية لمحيط عملي هو أنه لابد أن يكون :

أ- به إنارة كافية .

ب-أن يكون هادئا .

ت-أن يكون مريحا .

ث-به خط تلفوني مخصص لمودم كمبيوتر أو مدخل آخر للدخول لشبكة الانترنت .

- الشيء الذي أتذكره أكثر عند ذهابي للسيرك أيام طفولتي هو :

أ- مظهر المهرجين والخيمة العالية السقف .

ب-أصوات موسيقى السيرك وضحك الأطفال ، وصوت مذيع السيرك .

ت-روائح الفشار والحيوانات .

ث-التساؤل كيف استطاع لاعبو البهلوان أن يبقوا متوازنين .

الآن أحص عدد إجابات "أ" التي أحطتها ، وعدد إجابات "ب" وهلم جرا . إن أحطت "أ" أكثر ، فلديك توجه بصري ، أكثرية من "ب" تعني توجه سمعي ، أكثرية من "ت" تعني توجه حسي ، وأكثرية من "ث" تعني توجه معرفي . لا توجه هو أفضل من الآخر ، جميعها فحسب طرقنا الطبيعية للاتصال بالعالم .

إن كان لديك رقم متساوي أو شبه متساوي من إجابات "ب" و"ث" ، فهذا يعني أن لديك قناتين مفتوحتين من قنوات الاتصال الإلهي ، فبهذا المثال ، إجاباتك تظهر أن لديك توجه إلى الصوت والأحاسيس كلاهما . أغلب الناس يجدون توجه واحد رئيسي وتوجه واحد ثانوي ، والاتجاهين الاثنين الآخرين استلموا القليل من الأجوبة فقط .

على سبيل المثال ، قد تكون أحطت سبع إجابات "أ" ، أربع إجابات "ب" ، إجابتان اثنتان "ت" ، وإجابتان اثنتان "ث" . هذا يظهر شخصا بشكل كبير له توجه بصري ، وبعض الشيء سمعي ، ومتجه قليلا للأحاسيس والأفكار .

التمرين الثاني

دعنا نجرب طريقة أخرى لتحديد نوع الاتصال الإلهي لديك :

- اجلس في وضع مريح .
- خذ نفسا عميقا مرتين أو ثلاث .
- ركز بداخل صدرك . قد تلاحظ دفئا أو إحساسا بالتمدد حول قلبك .
- ذهنيا كن مدركا لوجود الملائكة من حولك . يوجد اثنين أو ثلاثة من الملائكة الحارسة معك . إنهم معك منذ ميلادك ، وسيبقون معك حتى موتك الجسدي . قد تشعر بوجودهم كاختلاف في ضغط الهواء أو درجة الحرارة بجانب كتفك الأيسر أو الأيمن . قد ترى وجودهم كنور يومض أو يتلألأ . قد تسمع لحن موسيقي جميل ، أو صوت محب خافت بداخل عقلك . أو ربما تعرف فحسب أن الملائكة معك ، دون أن تعرف كيف عرفت .
- اسأل الملائكة ، "أرجوكم أخبروني اسم الملاك الحارس عند كتفي الأيسر ."
- لاحظ الإجابة التي تأتي لك . هل ترى صورة للاسم ؟ هل تسمع الإجابة ؟ هل يكون لديك إحساس ماذا تكون الإجابة ؟ أو هل تكون معرفة ؟
- قل " أرجوكم أخبروني اسم الملاك الحارس عند كتفي الأيمن ".

إن لم تستلم أية إجابة على الإطلاق ، حاول القيام بالتمرين مرة أخرى بعد قليل . السبب الأكثر شيوعا لماذا لم تستلم الإجابات أثناء هذا التمرين هو أنك تحاول بجهد أكثر مما ينبغي لكي تجبر الإجابة على أن تأتي . القيام بإجبار أي شيء على الحدوث عنوة يضعك في منزلة ذاتك السفلى ، التي لا تسمح للاتصال السماوي أن يحدث . لذلك عوضا عن ملاحقة الاتصال السماوي ، من الضروري أن تسترخي وتدعه يأتي لك .

مرة أخرى ، كلنا لدينا المقدرة لاستلام إرشاد إلهي من جميع القنوات الأربع . لذا قد تتلقى مزيجا منها ، مثلا ، رؤية مع إحساس . كيف أنت تتلقى الإرشاد من الله وملائكتك الحارسة ليس بالأمر المهم . ما يهم هو أن تنتبه له ، وتتحقق من مصدره السماوي ، وتعمل عليه .

كيف تطلب الإرشاد الإلهي

تقول دورين ، في حالة إن تساءلت ، السبب الذي لأجله أؤكد على النفس العميق هو أنه العامل الرئيسي للاتصال بالإرشاد والهدي الإلهي . كلمة نفس breath تأتي من inspire ، تعني أن تتنفس الروح . أنت حرفيا تأخذ العالم الروحي إلى جسدك عندما تتنفس بعمق .

عندما قابلت دانيون برينكلي ، الرجل الذي مر بتجارب الاقتراب من الموت بعد أن صعقه البرق ومؤلف الكتاب الأكثر رواجا Saved by the Light ، لقد أخبرني المزيد عن قوة النفس . قال دانيون أن نفسنا هو الوسيلة التي نتلقى بها الإرشاد والتعليمات من العالم الروحي . لقد شبه التنفس بالاتصال تلفونيا بالمنزل . ربما هذا لماذا كثير من المعارف والدراسات الروحانية تؤكد على أهمية التنفس العميق أثناء الصلاة والتأمل .

الخطوة الأولى التي ينبغي عليك اتخاذها عندما تطلب الإرشاد الإلهي وأنت في وعيك هو أن تبطئ من سرعتك قليلا وتأخذ قليلا من الأنفاس العميقة . كثير منا يمسك نفسه أو يتنفس بطريقة سطحية ، خصوصا أثناء المواقف المتوترة . في حين أن هذه المواقف هي بالذات حيث التنفس العميق فيها سيساعدنا أكثر من أي شيء آخر ! كلما كنت بحاجة أكثر للمساعدة ، ينبغي أن يكون نفسك أكثر عمقا .

خلال الساعات القادمة ، راقب تنفسك . من حين لآخر ، لاحظ عمق وسرعة تنفسك . اسأل نفسك ، " هل أنا أمسك نفسي أو أنا أشرب الهواء اللذيذ ؟"

واظب الآن على تطوير وإنماء العادة الصحية للتنفس بعمق من حجابك الحاجز (الذي يقع أسفل رئتيك) . خذ نفسا قدر ما تستطيع عبر أنفك . ثم ببطء فرغ رئتيك بإخراج الهواء من فمك .

عندما تكون مستعدا ، الخطوة الثانية هي أن تسأل سؤالا تريد من الله أن يجيبه . بإمكانك أن تسأل السؤال بصوت عال ، أو ذهنيا ، أو بكتابته بيديك أو على لوحة مفاتيح الكمبيوتر . ينبغي عليك أن تكون متأكدا أن أسئلتك صادقة . وإلا ، أنت ربما تلقي سؤالا بعقلك أنت تعتقد أنه السؤال اللائق للتوجيه لله ، في حين تحمل سؤالا مختلف أكثر صدقا في داخل قلبك . إن الله دائما يجيب على الأسئلة ، والطلبات ، والصلوات التي نحملها في قلوبنا .

ثالثا ، لا تحاول أن ترغم جوابا على أن يأتي . دع الله يقوم بالعمل كله . الكثير منا يجدون صعوبة في قبول المساعدة من الآخرين حتى من الله ! إن كنت تشعر بأنك لا تستحق المساعدة من الله ، وقتها من المحتمل أنك ستشعر بعدم الارتياح عند طلب

الإرشاد الإلهي . الله وملائكته بسهولة ويسر يشفون هذه المخاوف النابعة من الأنا .
وهكذا خطوة رابعة جيدة هي أن تسأل الله أن يشفيك من مخاوفك تجاه الإرشاد الإلهي .

الخطوة التالية هي أن تكون متيقظا للغاية للإجابات التي تأتي إليك . ما دمت مدركا لنوع قنوات الإرشاد الإلهي لديك ، فسوف تبحث عن صورة ذهنية إن كانت ميولك بصرية ، سوف تستمع إلى صوت باطني أو خارجي إن كنت سمعيا أكثر ، سوف تتحسس انطباعا أو حدسا أو حسا باطنيا إن كنت ذا ميول حسية ، وسوف تلاحظ أفكارا وفهما مفاجئا إن كانت ميولك فكرية .

اتخاذ القرار لفتح قنوات الاتصال الإلهي

الخطوة الأولى لفتح قنوات الاتصال الإلهي إلى مدى أبعد هي باتخاذ القرار بأن نقوم بفتحها . هذا يعني أن تكون راغبا في أن ترى ، تسمع ، تحس ، و تعرف الإرشاد الذي عند الله لك . من خلال هذه النية والعزم ، تجربتك لتلقي الإرشاد الإلهي بوضوح سوف تحصل بسرعة . السبب في أنه من المهم البدء بعملية اتخاذ القرار هذه ، أنك يوما ما في ما مضى قررت إغلاق قنواتك للاتصال الإلهي . مثل جميع الأطفال ، لقد ولدت ولك المقدرة على استلام المعلومات من السماء من خلال قنواتك الأربع . السبب الوحيد أن الأشخاص البالغين لا يستقبلون الإرشاد الإلهي بوضوح هو أننا اخترنا أن نغلقها . لحسن الحظ ، بإمكاننا أن نختار أن نعيد ترسيخ حلقة الوصل التي تربطنا بالله .

في سن الطفولة بطبيعتنا كنا منفتحين للإرشاد السماوي

كثير من الأطفال أعلنوا أنهم يرون الملائكة والمرشدين الروحيين ، الذين كان والديهم يطلقون عليهم " الأصدقاء غير المرئيين " . في الحقيقة ، الدكتور وليام ماكدونالد من جامعة ولاية أوهايو استنتج من دراسة أجراها عام 1995 أن الأطفال لديهم مدى حدوث أعلى لتجارب الاستبصار الممكن التحقق منها أكثر من الأشخاص البالغين .

إن كان لدينا كلنا مهارات استبصار فطرية ، فلماذا الكثير منا على ما يبدو لديهم صعوبة في رؤية الملائكة أو مستقبلنا ؟ لقد وجدت دورين أن العقبات في وجه مقدرتنا على الاستبصار تأتي من قراراتنا بأن نغلق بصرنا الروحي .

ليبي

عندما كانت ليبي في السابعة من عمرها رأت صورة ذهنية رأت فيها والديها يطلقان بعضهما . في هذه الرؤيا ، ليبي رأت نفسها وأمها تنتقلان من بيت العائلة إلى شقة صغيرة مظلمة . الرؤيا أظهرت أبوها وقد أصبح مبعدا عنها وعن العائلة .

هزت ليبي رأسها وصرخت ،" لا! " . الرؤيا أرعبتها . حينما تحققت الرؤيا في ما بعد وتطلق والدا ليبي ، خافت ليبي أن تكون هي قد سببت الطلاق برؤيتها . لقد أخذت قرارا مقصودا بألا ترى رؤيا أخرى أبدا . بعد ذلك اليوم ، لم تحدث لها أية تجارب استبصار .

في الوقت الذي ذهبت فيه ليبي لرؤية دورين فيرشو من أجل الاستشارة الروحانية ، كانت ليبي أكبر بثلاثين عاما وقد نسيت الحادثة بأكملها . ليبي استعادت الذكرى عندما سألت دورين المساعدة لإيقاظ قدراتها على تلقي الاتصال الإلهي . سألت دورين ملائكة ليبي المساعدة ، فعرضوا عليها المشهد الذي حدث . حالما تذكرت ليبي تجربة طفولتها ، استغربت كيف أن قرارها كطفلة صغيرة قد تبعها إلى سن الرشد . عندئذ عملت دورين على مساعدتها في تحرير عواطفها المكبوتة .

الكثير من الصغار قد أغلقوا بصرهم الروحي عن قصد . المستقبل الذي يرونه يرعب البعض منهم ، مثل ليبي . آخرين يشعرون بالخوف حينما يرون الملائكة أو الموتى من أقربائهم الأعزاء عليهم . بعض الآباء يخبرون أطفالهم أن الرؤى الروحية هي شر أو ضلال .

تقول دورين ، أمي الحبيبة كانت معالجة روحية موهوبة وكانت تستخدم الحس الصافي والسمع الصافي للاتصال بالإله . طالما أن بصرها الروحي الصافي لم يكن مفتوحا ، فهي لم تكن ترى الأرواح أو الملائكة . حينما كنت طفلة وأخبرتها أني أرى ناسا شفافين في كل مكان ، أمي أخبرتني أن الأرواح التي رأيتها كانوا من صنع خيالي . لقد فكرت ، " حسنا ، أمي دائما على صواب ". لقد أغلقت إدراكي لمقدرتي على رؤية العالم الروحي ، إلى أن أصبحت في سن الرشد ، وقررت إعادة فتح بصري الروحي .

لكي نبطل قرارات الطفولة هذه ، نحن نحتاج لأن نحرر عواطفنا التي لم نعبر عنها المحيطة بقرارنا الأصلي بإغلاق بصرنا الروحي . هذا لا يعني التنفيس بمعنى أن نقوم بالصراخ وضرب الأشياء . على الأصح ، هذا يعني مواجهة المشاعر التي تهربنا منها بصدق .

في حالة ليبي ، كان عليها أن تقر لنفسها بمدى شعورها بالرعب والذنب عندما تطلق والديها . احتاجت ليبي أيضا لتحرير عدم مغفرتها تجاه والدها . حالما واجهت

مشاعرها ، استطاعت ليبي إطلاقها بسهولة . عندما أصبح ضميرها صافيا ، انفتح بصر ليبي الروحي أوتوماتيكيا من جديد .

ماركو

ماركو كان قد وبخ في طفولته عندما تنبأ بشكل صحيح بموت عمته . أم ماركو سمت معرفته الصافية " عمل الشيطان " ، وحبسته في غرفته في اليوم التالي لتشييع جنازة عمته . بعدها بيوم ، واعظ من كنيسة العائلة زار ماركو . الواعظ نصح ماركو بأن يتوقف عن محادثة الشيطان ، مخافة أن تضل روحه إلى الأبد .

أصبح ماركو مضطربا ومرعوبا ، وتوقف عن الكلام عن معرفته الصافية . كلما أصبح لديه فكرة ألهمه الله إياها ، حتى لو كانت فكرة مفرحة ، فإن ماركو يتجاهلها عن قصد . في النهاية فقد كل إدراكه لمعرفته الروحية الصافية .

حينما بدأ ماركو عمله الخاص به ، أصبح مهتما بإيقاظ المعرفة الصافية التي كانت لديه أيام طفولته . برغم كل شيء ، ماركو اكتشف منطقيا ، أن كل تجارب معرفته الصافية في طفولته ثبت أنها صحيحة وجديرة بالثقة . هو بالفعل بإمكانه استخدام نفاذ بصيرته أثناء اجتماعات العمل . قناعات ماركو الدينية كشخص راشد لم تعد مبنية على الخوف . هو لم يعد يؤمن أو يخاف من أن رؤيته كانت من الشيطان . وفوق ذلك ، ماركو أخبر دورين ،" إن كان يوجد شيطان ، عندئذ سأعرف إن كان في أي وقت يتكلم معي ، ما دام من المفروض أنه دائما يقول الكذب . إن التبصر الذي لدي دائما صادق ، وهكذا لا يوجد أي مجال أن يكون قد أتى من أي جانب شرير " .

تقول دورين ، لقد خامرني شعور بأن ماركو حمل الكثير من الاحتقار تجاه الدين والواعظ أيام طفولته . خلال جلسات الاستشارة الروحية ، تأكدت شكوكي . حينما شرحت لماركو أن إعادة إيقاظ معرفته الصافية يستلزم أن يكون متحررا من إصدار الأحكام على الآخرين ، كمثل حينما كان طفلا ، كان هو راغبا في التخلي عن عدم مغفرته لكنيسته وأمه و واعظه . في خلال أسبوع من تنقية عقله من إصدار الأحكام القاسية ، ماركو أبلغ عن تلقيه أفكارا روحية صافية مفيدة .

الشاكرات وحواسنا الروحية

النوافذ التي تتيح مرور الإرشاد الإلهي إلى إدراكنا تنفتح وتنغلق تبعا لإرادتنا . هذه النوافذ تسمى شاكرات Chakras . وستتعلم بهذا الكتاب تمارين لتنظيف وفتح هذه الشاكرات .

كل حاسة من حواسك الجسدية لها حاسة روحية نظيرة لها . كما يمكنك أن ترى ، تسمع ، تلمس ، تتذوق ، وتشم العالم المادي ، أيضا يمكنك أن ترى ، تسمع ، تلمس ،

تتذوق ، وتشم العالم الروحي . الحواس الروحية تمنحك البصيرة والهداية بشأن العالم المادي . حواسنا الروحية والجسدية تعمل في تناغم جميل مع بعضها البعض .

منذ طفولتنا نتعلم عن حواسنا الجسدية ، لكننا لم نتعلم عن حواسنا الروحية لذلك لا عجب أنها بقيت خاملة وأسيء فهمها .

حواسنا الروحية هي رابطنا المباشر بالعقل الإلهي ذي القدرة المطلقة . كما نستخدم أعيننا المادية لرؤية العالم المادي فإننا نستخدم عيوننا الروحية لرؤية العالم الروحي . تسمى هذه العين (العين الثالثة) . لدينا شاكرتين للأذنين أيضا تستخدمان في السمع الصافي ، ولدينا شاكرا للقلب مفيدة لتلقي الحس الصافي ، وشاكرا التاج لتنظيم المعرفة الصافية .

كلمة شاكرا مأخوذة من اللغة السنسكريتية ، وهي لغة الهند القديمة وهي تعني "عجلة" . الجسم به الكثير من الشاكرات لكن المعالجين عموما يقصرون اهتمامهم على الشاكرات الرئيسية . تبدو الشاكرات كعجلات تدور باتجاه عقارب الساعة . الشاكرات النظيفة تتوهج بألوان صافية وزاهية ، لكنها تصبح باهتة وداكنة اللون كلما احتفظنا بأفكار مظلمة كالغضب أو الخوف . لذلك السبب ، إيقاظ قنوات الاتصال الروحية لديك من جديد عادة يتضمن تنظيف الشاكرات . بإمكانك تنظيف شاكراتك بطرق عديدة مختلفة كالتأمل وتمارين التخيل والترنيم . حالما تقوم بتنظيف شاكراتك فسوف توقظ مقدرتك على رؤية الشاكرات التي لديك وشاكرات الآخرين . بالإضافة سوف تكون قادرا على رؤية الهالات .

الاستبصار ؛ رؤية العالم الروحي الشفاف

مع الرؤية البصرية الروحانية الصافية بإمكانك بسهولة أن ترى المعلومات حول أي موضوع هام بالنسبة لك . بإمكانك رؤية مستقبل علاقاتك ومستقبلك المهني . بإمكانك رؤية أحوال الطرق أو الطقس قبل أن تنطلق في رحلة . بإمكانك أيضا أن ترى هدفك السماوي في الحياة ، ومعرفة الخطوات التي بإمكانك اتخاذها لتحقيقه . فوائد الاستبصار لا تعد ولا تحصى .

يوجد أشكال كثيرة للاستبصار منها الأحلام ، الصور والأفلام الذهنية ، رؤية الهالات ، أنوار الملائكة ، الرموز .

الأحلام

تحكي دورين فيرشو عن أمها أنها رأت حلما مشرقا حيث كانت فيه تعزف على كمانها . أمها لم تعد تعزف على هذا الكمان منذ خمسة عشر عاما ، وآخر مرة ألقت فيها نظرة عليه ، أوتاره كانت مقطوعة وقوس الكمان كان عطبا . في الحلم ، الكمان والقوس كانا في أفضل حال ، وقد عزفت عليه ألحانا جميلة .

عند استيقاظها ، ذهبت إلى العلية وفتحت علبة كمانها المغبرة . وجدت الكمان والقوس في أفضل حال . مع ذلك أقسمت أن أوتار الكمان لم تكن سليمة آخر مرة ألقت فيها نظرة عليه ! اعتبرت الأم هذا الحلم كإرشاد إلهي بأنها ستستفيد من العزف على الكمان مرة أخرى . في الحال عادت الأم للعزف على الكمان بانتظام . لقد استمتعت بالمشاركة في أوركسترا بلدتها وعزف الموسيقى الجميلة .

الصور الذهنية

منذ عدة سنوات مضت أشخاص عديدين كانوا مدينين لدورين وقد تأخروا في الدفع لها . سألت دورين الله أن يساعدها في حل المشكلة . طلبت من الله أن يرشدها إلى الطريقة التي يمكن أن تستلم بها المال .

عند استيقاظها في صباح اليوم التالي ، ومضت صورة في مخيلتها بسرعة . رأت شيكا كبيرا ذي لون أزرق فاتح مكتوب اسمها عليه . في اليوم التالي ، استلمت في صندوق البريد شيكا بنفس المواصفات .

الأفلام الذهنية

عندما تم نشر الكتاب الأول لروبن صديقة دورين ، رأت روبن فيلما في ذهنها رأت فيه نفسها تظهر في برنامج تلفزيوني معروف . رأت نفسها مرتدية زيا أصفر اللون ، مبتسمة وترد بإجابات دقيقة على أسئلة المذيع . روبن كانت متأكدة أنها ستظهر لاحقا في هذا البرنامج التلفزيوني . وبالتالي قامت بشراء زي أصفر جميل لترتديه في البرنامج . بعد ثمانية أشهر ، ظهرت روبن في ذلك البرنامج مرتدية الزي الأصفر الجديد تماما كما رأت في ذلك الفيلم الذهني .

رؤية الهالات

منذ أن كان ألين ولدا صغيرا يعيش في مونتريال ، كان يتذكر رؤية ألوان حول الناس . لقد كان يعرف بحدسه أن الألوان الزاهية و الصافية ترمز إلى الصحة الجيدة ، في حين أن الألوان القاتمة والباهتة تعني أن الشخص كان يمر بمرحلة انتقالية أو واقع في مشكلة . في البداية افترض ألين أن الجميع يستطيع أن يرى هالات الآخرين . فقط حينما ذكر لأمه وصديقتها ما يراه فهم ألين أن الآخرين لا يرون ما هو واقع وراء نطاق البصر .

اليوم ألين كشخص بالغ يستخدم مقدرته على رؤية هالات الآخرين ليعرف شخصيات عملائه في العمل . كلما رأى لونا أحمر أو أسود أو ظلالا أخضر باهت حول أحد

العملاء ، فإن ألين يعرف أن عليه أن يكون حذرا من المزاج السيئ لهذا الشخص ، إدمانه لمادة ما ، أو ميله للخداع .

أنوار الملائكة

ظن روبرت أنه كان يهلوس أول مرة يرى فيها وميض من النور الأبيض أمام عينيه . حينما رأى الأنوار البيضاء مرة أخرى بعد شهرين شعر روبرت بمزيد من الحيرة . حينما أوضحت له دورين فيرشو أن هذه الأنوار هي إشارات بصرية تدل على وجود الملائكة شعر روبرت بالارتياح . اعترف روبرت قائلا " حسبت أني سأجنن" .

أنوار الملائكة تكون على عدة أشكال : وميض من النور الساطع الضخم ، أو قافلة من الوميض المتوهج بلطف ، أو وميض بالغ الصغر من النور الأبيض . عادة الأنوار بيضاء أو خضراء أو زرقاء . الأنوار البيضاء من الملائكة ، والأنوار الملونة من الملائكة الرئيسية . على سبيل المثال ، ميكائيل من الملائكة الرئيسية له وهج أرجواني مزرق ، رافاييل يلقي نورا أخضر زمردي ، وجبريل له وهج نحاسي اللون ، ويوريال يتألق بظلال أصفر باهت جدا .

الرؤية من جانب العين

دائما تلاحظ جيني أناسا يتحركون أو يقفون من زاوية عينها . عندما تدير رأسها لتنظر فإنهم يختفون . تقول جيني " مؤخرا انتقلت أنا وزوجي لمنزل أمه التي ماتت في شهر أبريل الماضي . أقسم أني أراها من زاوية عيني تقريبا كل يوم . لقد كانت امرأة ودودة للغاية حينما كانت على قيد الحياة . أحس أن لدينا ملاكا يعيش بيننا ، وبالتالي أنا لا أشعر بالخوف أبدا حينما أراها . في الحقيقة أنا أشعر بالارتياح لأنها تحرسنا وتحرس منزلنا .

علامات بصرية من السماء

راشيل كان متحطمة عقب موت أمها المفاجئ . لقد شعرت بأنها مهجورة ، وحيدة ، ومكسورة الفؤاد . " لماذا جعل الله هذا الأمر يحدث ؟ " لقد فكرت بغضب . برغم كل شيء ، أمها فعلت كل شيء قويم . لقد تطوعت في عمل الخير ، ذهبت أسبوعيا إلى الكنيسة ، وألقت كلمات لطيفة على الجميع . الآن ، لقد ماتت . لقد بدت الحياة بلا معنى تماما . في الأسابيع التالية ، شعرت راشيل بأن إيمانها برحمة الله قد ضعف . مع ذلك لم تكن مستعدة لأن تكون ملحدة أو أن تصبح من اللاأدريين (اللاأدري هو من يعتقد بأن وجود الله لا سبيل إلى معرفته) . في يأس شديد ، طلبت راشيل من الله أن يعطيها علامة . " فقط أخبرني أنك تسمعني ، وأنك موجود ، " لقد دعت .

في تلك اللحظة ، رأت راشيل صقرا جميلا يحط على عتبة نافذتها . ريشه ومض في ضوء الشمس ، وقد ارتعشت راشيل عندما أحست بقشعريرة قوية . ثم قررت ، " هذا سهل أكثر من اللازم . بالتأكيد ، الطير ليس علامة ." مع هذه الفكرة ، قامت تتمشى . مرتين ، برغم ذلك ، تقسم راشيل أنها رأت الصقر يتبعها . المرة الثالثة رأت الصقر ، جالسا على غضن شجرة وراشيل كانت متأكدة أنه كان يحدق مباشرة فيها . عندما عادت للمنزل ووجدت ريشة ذيل كبيرة بنية مستقرة على ممسحة الأرجل على عتبة بابها ، اقتنعت راشيل . الطير كان علامتها من السماء بأن الله يحرسها ويحبها . مع هذا البرهان ، شعرت راشيل بأنها قادرة على مداواة قلبها من الحزن وعدم الثقة بمحبة الله .

طالما أن راشيل لديها ميل بصري ، فقد كان طبيعيا أنها قد رأت برهانها على محبة الله على هيئة طير وريش . في الحقيقة ، الطيور والريش من حين لآخر يعملان كبرهان بصري من الإرشاد الإلهي .

الرموز

حينما كانت دورين في جلسة مع عميلتها الجديدة وتدعى تريشا ، رأت دورين صورة ذهنية لقبعة ممرضة فوق رأس تريشا . قالت دورين لتريشا " أنت معالجة ، أليس كذلك ؟ " لم تفاجئ دورين حينما أجابتها تريشا "نعم" . لقد وجدت دورين أن الإرشاد الإلهي يساعدها مع عملائها بأن يريها صورا رمزية . حينما تعمل دورين مع العملاء الذين يعملون كمعالجين ، كالممرضات والأطباء والاختصاصيين بالمعالجة وتلاميذ علوم الشفاء على اختلاف أنواعها ، فإنها عادة ترى نفس قبعة التمريض هذه . إنها تعرف أنها صورة رمزية لأن ليس كل هؤلاء الزبائن هن ممرضات والممرضات لم يعدن حتى يرتدين هذه القبعات بعد الآن .

طرق لتقوية البصيرة الروحية الشفافة

شاكرا العين الثالثة التي تتحكم بالبصر الروحي ذات لون أزرق غامق مع شرارات من اللون الأرجواني والأبيض .

تمرين تخيل لفتح العين الثالثة

تخيل نورا أبيضا ذهبيا متوهجا يحيط بك . استنشق هذا النور الأبيض الذهبي إلى أن يمتلئ داخل رأسك تماما بالنور . ازفر ، ومع أخذ نفس عميق آخر ، تصور أن النور الأبيض الذهبي يتجمع مثل حبل سميك . تصور أن حبل النور الذهبي يمر عبر عينك الثالثة . تصور حبل النور هذا خلال عينك ، مارا من داخل رأسك ، خارجا إلى الغرفة . استنشق وخذ حبل النور مرة أخرى إلى فمك ، ومرره عبر عينك الثالثة مرة أخرى .

قد تشعر بشيء من الضغط عندما تتنظف وتنفتح عينك الثالثة بحبل النور هذا . إن كانت عينك الثالثة مغلقة لسنوات طويلة ، قد يبدو الحبل غير مريح . خذ شهيقا وزفيرا لتخفيف أية مشقة أثناء عملية فتح الشاكرا هذه .

عندما تشعر بأن عليك التوقف ، تخيل نفسك تزفر النور الأبيض الذهبي إلى الغرفة .

الترنيم

الترنيم هو طريقة أخرى لفتح العين الثالثة بسرعة . في مصر القديمة ، كان الناس يقولون " آمون " ، اسم إله الشمس ، لجعله يظهر لهم . آمون كان يقال أنه يجلب رؤى المستقبل لكل من يشاهده . لذلك آمون كان أحيانا يستخدم كدعاء للاستبصار .

كبار الكهنة المصريين ، مع ذلك ، كانوا يعرفون أن الاستبصار لم يكن هبة من الإله آمون ، وإنما خاصية فطرية تنبثق من العين الثالثة . لقد استنتج المصريون بأن ترنيم "آمون" فتح العين الثالثة بسبب ذبذباتها. من ناحية أخرى ، لقد اكتشف المصريون أن الكلمة "أوم" كانت ترنيمة أكثر قوة من "آمون" لفتح العين الثالثة .

كبار الكهنة قاموا بتعليم تلاميذهم أن ينطقوا بحذر كل المقاطع الثلاثة لكلمة " أوم " (أهـ هـ – ووو – م م م . بترنيم هذه النغمات القديمة ، أنت أيضا ، ستشعر بذبذبات في منطقة عينك الثالثة . حاول أن تترنم الآن ، إما بهدوء أو بنشاط . مع أي من الطريقتين ستلاحظ كيف يذبذب كل مقطع المنطقة التي بين عينيك الماديتين (الجسديتين) . ربما قد تشعر أيضا بضغط أو إحساس مؤلم كصداع خفيف بالرأس . لا تخف ، مع ذلك . هذه الأحاسيس فقط تظهر أن جفن عينك الثالثة مثل باب صدئ لم يستخدم لفترة .

إن ترنم " أوم " سبع مرات كل صباح وسبع مرات قبل الذهاب إلى النوم كل ليلة ، فسوف تبدأ في تلقي صور مرئية واضحة من الإرشاد الإلهي في خلال أسبوع . فقط حينما يكون لا يزال لديك مخاوف من الرؤية الروحية فإن مقدرتك على الاستبصار ستفشل في التحقق . في هذه الحالة عليك التخلص من هذه المخاوف أولا .

الممارسة والتجربة هي أفضل معلم

إن أردت أن تصبح لاعب تنس ماهر ، فإنك ستستخدم طريقة مماثلة . سوف تتعلم الأساسيات ثم تمارسها . إن ، من ناحية أخرى ، حاولت أن تحذف الأساسيات أو لم تمارسها أبدا ، فسيكون من النادر أن تصيب كرة التنس . بعض الناس قد يكونوا لاعبي تنس أو ذي بصر روحي صافي بالفطرة ، لكن كل واحد يمكن أن يكون محترفا إن رغب في ذلك .

تقول دورين ، عندما كنت أعلم حصص الإرشاد الإلهي ، وجدت أن التجربة هي أفضل معلم . أستطيع أن أحاضر لساعات عن كيف تستلم إرشادا إلهيا ، وأستطيع أن أتحدث بلا نهاية عن جميع الدراسات العلمية التي تثبت أن كل واحد لديه مقدرات على إقامة اتصال روحاني . لكن قبل أن أطلب من تلاميذي أن يجربوا فعليا بأنفسهم ، فإنهم لا يصدقون أن لديهم المهارات . لكوني ذات سمع روحي صافي ، أستطيع أن أسمع التلاميذ في حصصي يفكرون ،" كل واحد في هذه الحصة ما عداي يستطيع أن يستلم إرشادا إلهيا . أنا الاستثناء الوحيد ."

ريتشارد

عندما كان أخصائي التنويم المغناطيسي ريتشارد نيفز في أحد حصصي عن الإرشاد الإلهي ، ذكر أنه حقيقة لا يؤمن بالملائكة . لقد أحب فكرة وجود الملائكة ، واستمتع برؤية صور وتماثيل الملائكة . لكن طالما أنه أبدا ، حسب علمه ، لم يرى ، يسمع ،أو يتفاعل مع الملائكة ، فهو ليس لديه أي سبب لأن يؤمن بأنهم موجودين بالفعل .

آنذاك طلبت من الحضور ، ومن ضمنهم ريتشارد ،أن يتوزعوا على شكل أزواج كل واحد مع زميل له ." أرجوكم قفوا قبالة بعضكم الآخر ،" لقد أمرتهم ." الآن ، وأعينكم إما مفتوحة أو مغمضة ،أرجوكم نادوا الملائكة لتحيط بزملائكم . أنتم لا تحتاجون لأن تتكلموا بصوت عال لمناداة الملائكة . ببساطة ، احملوا فكرة أنكم ترغبون بأن تحيط الملائكة بزملائكم ."

رأيت الكثير من الملائكة تظهر في الغرفة وتحوم حول التلاميذ ، وبذلك عرفت أنهم قد اتبعوا تعليماتي البسيطة . ثم قلت ،" أرجوكم اختاروا أي زميل سيبدأ أولا . من يبدأ أولا ، عليه أن يطلب من الملائكة أن تعطيه رسالة ترغب بأن ينقلها لزميله . ذهنيا اسألوا الملائكة ،' ماذا ترغبون مني أن أقول لزميلي ؟' ثم قولوا الرسالة ، تماما كما استلمتموها من الملائكة . قد تستلمون الرسالة الملائكية كإحساس ، فكرة ، رؤيا ، أو كلمة منطوقة . كيفما استلمتم الرسالة ، أرجوكم سلموها بدون تعديل أو تفسير . ثم فليقم الزميل الآخر بنفس الشيء ."

امتلأت الغرفة بصوت التلاميذ وهم يتحدثون . لقد شاهدت وجوههم المفعمة بالحيوية وهي تتوهج بابتسامات جميلة . كانوا بوضوح مستمتعين بكونهم قنوات اتصال للملائكة . لم أستطع رؤية ريتشارد لأنه كان هو وزميله في الناحية الخلفية للفصل . عوضا ، الجمال المتوهج للتلاميذ وهم ينعمون بالطاقة الملائكية أسرني .

بعد أن قام كل واحد باستلام وتسليم الرسالة الملائكية ، لقد طلبت منهم الحديث عن التجربة . واحدا تلو آخر ، مشى التلاميذ إلى الميكروفون في بداية الفصل . وهم يشعرون بالإثارة ناقشوا لأي مدى قد استمتعوا بالدورة التعليمية . أغلب التلاميذ اعترفوا بأنهم كانوا نزاعين إلى الشك حول إمكانيات نجاحهم في الاتصال بالملائكة . كثير من التلاميذ قالوا أنه طالما أنهم كانوا في حالة علو بينما كانوا يتحدثون مع الملائكة ، فإنهم لا يستطيعون تذكر محتوى الرسائل .

ثم رأيت ريتشارد يمشى من الناحية الخلفية للفصل إلى مكان الميكروفون . بدا ريتشارد فاغر العينين ومرتعشا ، ووجهه كان شاحب اللون ." لقد رأيت الملائكة ،" قال ببطء ، بدون تعبير ، على الميكروفون . لقد أوضح بأنه اشترك في الدورة التعليمية متوقعا تمرينا تأمليا آخر فحسب . ثم فتح عينيه .

" كان يوجد ملكين ضخمين بجوار زميلي ،" قال ريتشارد ، بوضوح كان مهتزا من التجربة ." الملكان نظرا إلي وقالا ،'آمن بنا .آمن بنا' قالاها مرتين ، تماما هكذا ، مع كثير من القوة والمحبة في صوتهما وسلوكهما . على الرغم من أني طلبت رسالة من الملائكة لأعطيها لزميلي ، أنا أعرف أن رسالة الملائكة كانت موجهة إلي ."

بعد تجربة ريتشارد ، لقد تغير من ناحيتين . أولا ، لقد انتقل من ' الولوع بالملائكة ' إلى ' معرفة أنهم موجودون ' . ثانيا ، لقد اكتسب ثقة في بصره الروحي . السمو الذي يرافق تجارب الاستبصار يفوق أي وصف لفظي . في أحسن الأحوال ، الكلمات تعلمك كيف ترى ، وتشجعك لأن تجرب بنفسك . قبل أن تجرب ذلك بنفسك ، برغم كل ذلك ، فإن البصر الروحي الصافي يبقى مجرد احتمال .

السمع الصافي الشفاف ؛ سماع الأصوات الصادرة من العالم الروحي

السمع الصافي قد يكون على شكل صوت تسمعه من خارج جسمك أو صوت تسمعه من داخل قلبك أو رأسك . ما عدا حينما نكون في خطر ؛ الصوت قد يبدأ كهمس . إن تجاهلنا الإرشاد الإلهي لفترة طويلة ، فإن الصوت قد يصيح بقوة داخل آذاننا . صوت الإرشاد الإلهي دائما يوجهنا بطريقة إيجابية .

براين

كان براين يرتدي ملابسه بسرعة للذهاب للعمل ، لقد أدرك أن محفظة نقوده مفقودة . لقد فتش الأماكن المعتادة : الدرج ، السراويل التي ارتداها بالأمس ، الحمام ، طاولة المطبخ . لا فائدة . لقد أصابه الهلع .

لقد جرى في أنحاء شقته ، رافعا المخدات والأوراق والأشياء الأخرى . فقط حينما عاد إلى غرفة نومه ، صرخ صوت عال فوق أذنه اليمنى (إنها في خزانتك تحت معطفك !) هز براين رأسه . لم يسبق له من قبل أن سمع صوتا ليس من العالم المادي بل من العالم الروحي . قام برفع معطفه الذي كان ملقيا على أرضية الخزانة . كانت المحفظة موجودة هناك كما قال الصوت .

رون

لقد تعطلت سيارة رون في الساعة الثانية بعد منتصف الليل في منطقة في لوس أنجلوس تعتبر خطرة للغاية ، خصوصا بعد حلول الظلام . خرج من سيارته ولوح بيده

لسيارة عابرة . الرجال الذين بالسيارة وافقوا على أن يوصلوا رون لمنزله . لكن بعد أن تسلق رون للمقعد الخلفي للسيارة ذات البابين ، عرف أنه وقع في مشكلة . الرجال بدؤوا يقولون تعليقات ساخرة ، وقالوا أنهم سيأخذون رون إلى منتزه . عرف رون أنه قد يتعرض للضرب أو القتل ، لكنه حجز بالمقعد الخلفي الذي ليس له باب للخروج . لقد طلب من الرجال تركه يخرج من السيارة ، لكنهم رفضوا . بدأ رون يدعو . دعا الله قائلا " لقد ساعدتني من قبل دائما . أحتاج مساعدتك الآن حالا" . في تلك اللحظة ، توقفت السيارة عند إشارة مرور حمراء . فجأة ، سمع رون صوتا داخليا يقول له " ادفع المقعد الأمامي للأمام ، وبسرعة تسلق من الباب إلى خارج السيارة " أطاع رون الصوت وكان مندهشا أنه استطاع أن يدفع المقعد للأمام ويهرب .

الرجال الذين بالسيارة كانوا يصرخون ويلاحقونه بسيارتهم . فقط عندئذ ، مر باص بقربه . لوح رون يده للباص وأتاح له سائق الباص الركوب . لم يكن يوجد أية ركاب على متن الباص . شرح رون للسائق أنه كان في خطر ، وعرض السائق على رون أن يوصله للمنزل . لاحق الرجال الذين بالسيارة الباص لفترة وصرخوا على السائق طالبين أن يخرج رون من الباص . في النهاية ، توقف هؤلاء الرجال عن ملاحقة الباص ، ووصل رون إلى منزله بسلام .

في اليوم التالي ، اتصل رون بشركة الباص ليشكر السائق الذي أنقذه . لكن حينما طلب أن يتحدث مع سائق الباص ، أخبروه أن لا أحد بهذا الاسم ولا الوصف يعمل لدى الشركة . أعطى رون الموظف المسئول عن إرسال الباصات تفاصيل أكثر عن السائق ، من ضمنها الوقت والشارع الذي ركب به الباص . قال له مؤكدا أنه ليس لديهم أية باصات تسير على هذا الطريق ، خصوصا في ساعات ما بعد منتصف الليل .

عندئذ أدرك رون أن سمعه الصافي وجهه لكي يتم إنقاذه بمساعدة ملاك ظهر بطريقة إعجازية كسائق باص معه باص لكي ينقذ حياته .

طرق لتقوية السمع الصافي الشفاف

بعض الناس بطبيعتهم يسمعون صوت الإرشاد الإلهي . هذا صحيح خصوصا إن كنت حساسا للإزعاج ، أو تميل للموسيقى ، أو تولي اهتماما لأصوات الآخرين أكثر من الاهتمام التي توليه لكلماتهم التي يقولونها. تماما كما نستخدم سمعنا المادي لاستقبال الأصوات المادية ، أيضا نستخدم سمعنا الروحي لاستقبال الإرشاد والهداية الإلهية التي تأتي على هيئة كلمات وأصوات .

كل واحد يمكن أن يصبح أكثر مقدرة على سماع صوت الإرشاد الإلهي . الطريقتان المميزتان لزيادة حجم وصفاء سمعك للإرشاد الإلهي هما من خلال التخلص من مخاوفك المرافقة لذلك ، وبممارسة القليل من التمارين .

التخلص من الخوف من سماع الإرشاد الإلهي

الخوف هو السبب الرئيسي الذي يجعل أي أحد لا يستطيع سماع صوت الإرشاد الإلهي بسهولة . السبب الرئيسي لماذا نحن لا نسمع صوت الإرشاد الإلهي هو أننا خائفين من أن نسمعه .

أحيانا الشعور بأنك لا تستحق أن تسمع صوت الإرشاد الإلهي يقف عائقا في طريقك لسماع صوت الإرشاد الإلهي .

إن الله وملائكته قادرين على تخليصك من هذه المخاوف إن تتيح لهم مساعدتك .
ببساطة خذ نفسا عميقا عدة مرات واسألهم أن يساعدوك في التخلص من المخاوف التي تمنعك من سماع الإرشاد الإلهي .

كيف تفتح شاكرات الأذن

كما الحال مع الاستبصار فإن السمع الصافي يتحسن عندما ننظف الشاكرات المرافقة له . شاكرات الأذن هما مباشرة داخل الرأس بقرب الأذنين اليمنى و اليسرى . إنهما مستقرتان عند زاوية بميل ثلاثين درجة باتجاه مركز الرأس ، وطاقتهما تظهر بلون أحمر أرجواني .

المصدر الرئيسي للانسداد في شاكرات الأذن هو الخوف أو الغضب الموجود بسبب كلمات قد سمعتها . أي شخص تعرض للإيذاء بكلام سيء أو جارح من المحتمل أنه يؤوي خوفا أو استياءً بداخل شاكرات الأذن . بإمكاننا التخلي عن المشاعر القديمة لكي تنفتح شاكرات الأذن متيحة لنا سماع صوت الإرشاد الإلهي .

طريقة لفتح شاكرات الأذن

- خذ نفسا عميقا مرتين أو ثلاث مرات .
- تصور أو تحسس شاكرات أذنيك بأن تتخيل قرصين ذي لون أحمر بنفسجي بداخل أذنيك الماديتين . تصور أو اشعر بأن هذين القرصين مستقرين عند زاوية بثلاثين درجة إلى الأعلى متجهين إلى الداخل .

- مع نفس عميق آخر ، تخيل ذهنيا نورا أبيضا ساطعا ينظف داخل شاكرات أذنيك . بإمكانك أن تنظف كلتاهما بنفس الوقت أو تنظف الشاكرا اليسرى ثم اليمنى بالتعاقب .
- عندما ينظف النور الأبيض شاكرات أذنيك من الداخل ، ذهنيا بدون أن تتكلم بلسانك أطلب من الملائكة الذين معك أن يحيطوا برأسك . عندئذ ، كن راغبا في أن تسمح للملائكة أن يزيلوا كل الذكريات المؤلمة القاطنة في شاكرات أذنيك .
- أطلب من الملائكة أن يرفعوا أية مخاوف لديك تجاه سماع صوت الإرشاد الإلهي . هذا يشمل الخوف من أن تتعرض للروع عند سماع صوت ، أو الخوف بأن الله سوف يسيطر عليك ، أو الخوف من أنك لا تستحق وقت الخالق أو اهتمامه .
- مع نفس عميق آخر ، تصور أو اشعر أن الملائكة تنير شاكرات أذنيك بالمحبة والنور الساطع . عندئذ نحن نقول " شكرا" للملائكة على مساعدتهم .

أهمية الانفتاح

مع شاكراتك النظيفة ، سوف يبقى فقط عائق واحد قد يؤخر نجاحك في سماع الإرشاد الإلهي . هذا العائق يظهر عندما تقرر أنت مقدما ما الجواب الذي أنت تريد سماعه من الله . في أحيان كثيرة ، على الرغم من أننا نوجه سؤالا لله والملائكة ، إلا أننا حقيقة لا نريد مساعدتهم . نحن فقط نريد منهم أن يؤيدوا الجواب الذي اخترناه مسبقا لأنفسنا . وهكذا نحن نستخدم انتباهنا الانتقائي ؛ إن أعطانا الله إجابة أخرى ، فإننا وبطريقة مريحة لا نسمعها .

السمع الصافي يستلزم أن نكون منفتحين لسماع جواب غير الجواب الذي نرغب به . عندما نسأل الله سؤالا ، ينبغي علينا أن نكون منفتحين لسماع حلوله الخلاقة التي قد تكون مختلفة عن حلولنا نحن . طالما أن الله ذي حكمة مطلقة ، وذكاء مطلق ، وإبداع مطلق ، فمن الحكمة أن نثق بأن منظور السماء لوضعنا تأتي من مكان يرى كامل الصورة .

الحس الصافي الشفاف

تلقي الإرشاد الإلهي عن طريق الحس الصافي قد يظهر على عدة صور منها :

- عضلات مشدودة في المعدة ، الأيدي ، الفكين ، الظهر ، والجبهة كعلامة على وضع سلبي .

- تقلصات خفيفة في المعدة كدلالة على أخبار سعيدة وشيكة الحدوث ، أو غثيان مفاجئ في المعدة كدلالة على مشكلة .
- حس باطني أو حدس بأن عليك القيام بشيء ما .
- إحساس قوي يخبرك أن وضعا ما لن يكون على ما يرام .
- الإحساس بأن شخصا معينا يفكر فيك ، ويثبت في ما بعد صحة ذلك باتصاله بك هاتفيا .
- إحساس أو انفعال قوي مفاجئ ليس له أية علاقة بالبيئة التي تحيط بك ، ويثبت أنه نبوئي في ما بعد .
- شعور بالبهجة الذي يخبرك أنك على الطريق الصحيح .
- شعور بالأمان مما يجعلك تعرف أن كل شيء سيسير على ما يرام .
- روائح تأتي لك فجأة ، مثل رائحة زهرات البرتقال كدلالة على حفل زفاف قادم .
- الإحساس بانخفاض شديد لدرجة حرارة الغرفة ، كدلالة على أن شخصا في الغرفة له استقامة مشكوك فيها .
- التقاط مشاعر شخص آخر وكأنها مشاعرك أو أحاسيسك الجسدية .
- الشعور بأن أحدا يمس بشرتك برفق أو تغير في ضغط الهواء ، الذي يخبرك أن الملائكة أو الأشخاص العزيزين عليك المتوفين هم حولك .

غاري

غاري وشريكين له استثمر كل واحد منهم خمسا وعشرون ألف دولار على منزل في منطقة راقية تطل على الشاطئ . لقد خطط الشركاء القيام بإجراء تعديلات و تحسينات على المنزل من الداخل وبيعه بسعر مربح .

بعد تنفيذ العقد مباشرة شعر غاري أن شيئا ما لم يكن على ما يرام ، على الرغم من أنه لم يستطع أن يحدد طبيعة المشكلة .

شعر أن شيئا ما سيئا بحق سيحول استثماره إلى كارثة مالية .

الشعور السلبي كان قويا لدرجة أن غاري قرر ترك المشروع ، حتى و إن كان قد خسر الخمسة وعشرين ألف دولار . لقد أطلع شركائه على أحاسيسه ، لكنهم أقنعوا غاري بأن يبقى . غاري أيضا سمح لشركائه بأن يقنعوه باستثمار المزيد من المال .

كل شريك استثمر مائتين وخمسين ألف دولار إضافية لتغيير بنية المنزل . طالما أن المنازل الأخرى في الحي بيعت في نطاق اثنين مليون دولار ، فإن الشريكين الآخرين كانا واثقين من أنهم سيجنون ربحا طائلا حالما تم بيع المنزل . غاري لم يكن واثقا جدا لكنه وافق على أية حال .

في منتصف العمل هبطت أسعار سوق الإسكان في جنوب كاليفورنيا . عند انتهاء العمل في المنزل ، سوق المنازل غالية الثمن قد تلاشت . بالرغم من مجهودهم ، فإن الشركاء لم يستطيعوا أن يبيعوا المنزل . بعد مضي عام ، باعوا المنزل بخسارة فقط لكي يتخلصوا من مبالغ الرهن العقاري الشهرية . تعلم غاري درسا باهظا جدا لكي يثق بإحساسه الباطني . اليوم ، هو دائما يستمع ويطيع حسه الصافي .

بريندا

في طريقها للعمل في الصباح ، اعترى بريندا شعور عارم بأن عليها العودة للمنزل . بريندا التي كانت قد تعلمت أن تثق وتطيع أحاسيسها الداخلية ، في الحال انعطفت بسيارتها . حينما أوقفت سيارتها عند المنزل ، فهمت بريندا لماذا وجهها الإرشاد الإلهي إلى المنزل . هناك على الرواق كانت ابنتها ذات الأربعة عشر عاما ، لا تستطيع دخول المنزل والباب مقفل من الداخل .

طرق لتقوية الحس الصافي الشفاف

تماما كما نستخدم حواسنا الجسدية لاستقبال أحاسيسنا العاطفية والجسدية ، بإمكاننا استخدام حواسنا الروحية لاستقبال الإرشاد الإلهي على هيئة حس روحي صافي . بعض الناس بطبيعتهم يلتقطون الرسائل التي تظهر على هيئة انفعالات ، أحاسيس باطنية ، وحدس . هذا صحيح خصوصا إذا كنت حساس تجاه العواطف والانفعالات التي بداخلك والتي بداخل الآخرين . بالرغم من ذلك فإن كل واحد يستطيع أن يصبح أكثر مقدرة على استقبال الإرشاد الإلهي عن طريق الحس الصافي .

الاسترخاء يقوي الحس الصافي الشفاف

لتستقبل إرشادا إلهيا عن طريق الحس الصافي ، ابدأ بالاسترخاء . لقد وجدت الدراسات أن مستوى الراحة البدنية للشخص تؤثر في مهاراته الروحية . درجات حرارة مريحة في الغرفة ، حالة ووضع الجلوس ، ونوعية الملابس كلها تزيد من عدد التجارب الروحية الخارجة عن قوى الطبيعة .

كيف تفتح شاكرا القلب

المشاعر العاطفية هي أيضا جزء من ذخيرة الشخص ذي الحس الصافي . مركز الطاقة أي الشاكرا ذات العلاقة مع العواطف هي في القلب وتسمى شاكرا القلب .

شاكرا القلب تصبح مسدودة ، متقلصة ، وغير صافية بسبب المخاوف المترافقة مع الحب . كل شخص عانى من الألم في علاقة ما ، وهذا الألم جعلنا نخاف من الحب . فوق ذلك لأن الحب هو أساس الحياة ، فإن هذا الخوف يجعلنا نفقد الاتصال مع أساس الحياة الحقيقي . نحن نصبح مشوشين وننسى كيف هو يبدو الحب الحقيقي . حينما نكون خائفين من الحب ، نكون حرفيا خائفين من أن نكون من نحن .

الخوف من الحب يقودنا لأن نصبح متسمين بالحذر ، ساخرين ، وفي موقف دفاعي . نحن خائفين جدا من أن نتعرض للأذى ، التلاعب ، سوء المعاملة ، أو السيطرة علينا لذلك نقوم بإحكام إغلاق قلوبنا على كثير من التجارب لاستقبال أو منح الحب للآخرين . لسوء الحظ ، حينما نغلق قلوبنا في وجه الحب ، نحن أيضا نغلق إدراكنا للإرشاد الإلهي القادم على هيئة حس صاف . الحس الروحي الصافي وعلى نحو يعتمد عليه يقودنا إلى علاقات تجلنا وتدعمنا . حينما نسد إدراكنا للإرشاد الإلهي الذي نتلقاه من الحس الصافي ، نكون غير مدركين لتحذيرات الملائكة لنا من العلاقات المؤذية .

تمرين تأمل لتنظيف شاكرا القلب

هذا تأمل شفائي قوي ليساعدك في التخلص من مخاوفك في ما يتعلق بالحب ولتنظيف شاكرا القلب .

- أغمض عينيك ، واجلس في وضع مريح ، وخذ نفسا عميقا مرتين أو ثلاث .

- تخيل سحابة جميلة ذات نور أخضر زمردي تحيط بك . عندما تأخذ نفسا ، أنت تستنشق هذه الطاقة الشافية إلى رئتيك ، خلاياك ، وقلبك . ركز على قلبك للحظة ، بينما أنت تتيح للنور الأخضر الزمردي أن ينظف ويغسل أية مشاعر سلبية قد تكون جعلتك تحس بالألم .

- خذ نفسا عميقا ، وكن راغبا في أن تتيح للنور أن يجرف أية مخاوف لديك تجاه الحب . كن راغبا في التخلي عن الخوف من الإحساس بالحب . ليس عليك فعل أي شيء سوى أن تتنفس وتعقد العزم على أن تشفي نفسك من الخوف من الحب . فقط كن راغبا في الشفاء ، والله وملائكته سيكونون في عونك . خذ نفسا عميقا آخر ، وكن راغبا في التخلي عن الخوف من أن ُتحَب ، ومن ضمن ذلك الخوف أنك إن

أحبك أحد فقد تتعرض للتلاعب ، الخداع ، الاستغلال ، الهجر ، الرفض ، الاضطهاد ، والإيذاء . مع أخذ نفس عميق آخر ، أعطي فرصة لكل هذه المخاوف لكي ترفع وتؤخذ بعيدا .

- الآن ، اسمح للنور أن ينظفك من أية مخاوف قد تكون لديك تجاه منح الحب للآخرين . مع أخذ نفس عميق ، كن راغبا في التخلي عن الخوف من أنك إن منحت الحب للآخرين ، قد يسيطر عليك ، يساء معاملتك ، تتعرض للغش ، أو الخيانة ، الإيذاء الجسدي ، أو الإيذاء بأية طريقة . دع هذه المخاوف ترفع تماما ، واشعر بقلبك يتمدد إلى وضعه الطبيعي المُحِب .

- اسمح لنفسك بالتخلي عن أي مشاعر قديمة بعدم المغفرة قد تكون لديك تجاه هؤلاء الذين يبدو أنهم قاموا بإيذائك في علاقة حب . كن راغبا في التخلي عن عدم المغفرة تجاه أمك ... تجاه أبوك ... تجاه إخوتك ... تجاه أصدقاء طفولتك ... تجاه حبك الأول ... تجاه كل من تزوجت ... دع كل الآلام والشعور بخيبة الأمل المترافقة مع الحب تنظف تماما وتجرف بعيدا . أنت لا تريد الألم ، أنت لا تحتاج إليه ، ومع نفس عميق آخر ، فإنها سترفع إلى النور حيث يتم تحويلها وتطهيرها . فقط الدروس تبقى ، والأساس الطاهر للحب الكائن بداخل كل علاقة ، ما دام هذا هو الشيء الوحيد الخالد والحقيقي بداخل كل علاقاتك .

- الآن ، مع نفس عميق آخر ، دع النور ينظفك تماما . كن راغبا في التخلي عن أي شعور بعدم المغفرة قد يكون لديك تجاه نفسك في ما يتعلق بالحب . كن راغبا في مغفرة نفسك عندما خنت نفسك وتجاهلت حدسك الباطني ، أو عندما لم تبحث عن أسمى وأنبل مصالحك .

- الآن أنت ستلتزم بإتباع حدسك الباطني وبصيرتك ، كي لا تمكث أبدا في أية علاقة سوف تؤذيك . تخلى تماما عن عدم المغفرة تجاه نفسك بسبب الأخطاء التي تعتقد أنك ارتكبتها في أية علاقة ، ومن ضمنها علاقتك مع نفسك . ومع نفس عميق آخر ، اشعر أنك قد شفيت ، تعافيت ، وجاهز لتستمتع بالحب الذي هو حقيقة ذاتك .

المعرفة الصافية الشفافة

المعرفة الصافية تحدث عندما نتلقى معلومات وإرشادا إلهيا على هيئة أفكار . نحن لا نسمع ، نرى ، أو نشعر بهذه المعلومات الإلهية عند قدومها إلى وعينا ؛ إنها تظهر فجأة فقط . الإرشاد الإلهي يمكننا الوصول إليه في الحال ، تماما مثلما يمكننا الوصول إلى البيانات بعد تحميلها في الكمبيوتر .

عملية المعرفة الصافية هذه قليلا تبدو وكأن الإله وضع قرص كمبيوتر في عقلك . المعلومات تم تحميلها في ذاكرتك وفجأة أصبحت سهلة المنال لك . بالرغم من أن

بعض الأشخاص بطبيعتهم لهم ميل تجاه الحس الصافي الشفاف أكثر من الآخرين ، فإن أي شخص بإمكانه أن يتعلم كيف يزيد مهارته .

المعرفة الصافية تأخذ أشكالا كثيرة ، مثلا عندما تتلقى فجأة :

- إلهام . تتلقى إلهاما عميقا ، من خلاله تعرف بما لا يدعو للشك أنك مرتبط بالله .
- ذكاء . تعرف كيف تصلح شيئا مكسورا أو معطلا بدون أن تنظر إلى التعليمات وبدون أن تكون على معرفة ببنية هذا الشيء .
- حقائق . أحد ما يسألك سؤالا عن موضوع أنت تعرفه بغير وضوح . بطريقة ما ، أنت تجد حقائق في عقلك عن هذا الموضوع يثبت أنها صحيحة . لا تتذكر أبدا أنك تعلمت ، سمعت ، أو قرأت عن هذه الحقائق .
- نفاذ البصيرة . فجأة أنت تعرف الحقيقة الجوهرية خلف ما هو يبدو وضع معقد . نفاذ بصيرتك يسهل عليك الموقف حيث يساعدك في التركيز على صميم الموضوع .
- إيحاء . تجد نفسك تكتب أو تقول أفكارا ومفاهيم لم تكن تفكر بها من قبل أبدا .
- إبداع . تتلقى فكرة عن اختراع جديد موفر للوقت ، منقذ للحياة ، أو ضروري على نحو أساسي للبشرية .
- حكمة . عندما يتم تقديمك لشخص أو وضع جديد ، أنت تعرف تماما المسار المستقبلي لهذه العلاقة أو هذا الوضع . أنت تجد في ما بعد أن حكمتك كانت صحيحة .

طرق لتقوية المعرفة الصافية الشفافة

زيادة انفتاح عقلك

تحرير وتنظيف العقل من إصدار الأحكام هو أساسي لاستقبال أفكار صافية . إنه معادل لتفريغ ذاكرة كمبيوترك من الملفات غير الضرورية . إصدار الأحكام هو ليس سوى آراء ، وأنت تريد أن توفر سعة للحقائق لكي تأتي لعقلك . عقل مملوء بالأحكام عادة ينصرف انتباهه بعيدا عن ملاحظة الأفكار الجديدة عندما تدخل .

يوجد سبب واحد يجعل إصدار الأحكام يتداخل مع استقبال المعلومات الصافية الشفافة وهو أن إصدار الأحكام هو توكيد على أنك أنت والناس الآخرين مختلفين . هذه فكرة تؤدي إلى الاستنتاج " أنا منفصل عن الناس الآخرين وعن الله " . فقط الذات السفلى (الأنا) تقول ذلك . عندما نفكر نحن بعقل الأنا ، فإننا نفصل أنفسنا عن ذاتنا العليا ، التي هي متحدة مع الله . بقاؤنا متمركزين في ذاتنا العليا يمنحنا مدخلا لعقل خالقنا المطلق .

يمكنك القول ، أن نظام التشغيل لذاتنا السفلى لا يستطيع قراءة المعلومات من بنك المعلومات الإلهي .

يوجد فرق كبير ، مع ذلك ، بين إصدار الأحكام وحسن التمييز . إصدار الأحكام يعني وضع ُنعوت نوعية ، مثل " جيد " أو " سيء " على الناس ، والأشياء ، أو الأوضاع . هذه النعوت تضع غمامات على عقولنا ، وتجعل تفكيرنا في حالة عجز ، وتميت مقدراتنا الإبداعية . حسن التمييز ، بالمقابل ، هو عملية الإتاحة للإرشاد الإلهي بأن يوجهنا باتجاه أو بعيدا عن ناس ، أشياء ، أو أوضاع . نحن ندع ذاتنا العليا ، والله ، والملائكة بأن يقرروا أي علاقة ، ممتلكات ، أو وظائف سوف تجلب أعظم بهجة لنا وللعالم . على سبيل المثال ، بدلا من أن نقول لأنفسنا ، " هذه الوظيفة سيئة . أنا لا أريدها ،" نحن نقول ، " أنا بقوة أعتقد أن هذه الوظيفة لا تناسبني . أنا أيضا أدرك أنه يوجد وظائف تناسب اهتماماتي . سوف أواصل البحث عنها ."

الفرق بين إصدار الأحكام وحسن التمييز قد يبدو طفيفا أو غير مهم . إلا أن طريقتنا لفهم الموضوع تصنع فرقا عميقا في الإرشاد الإلهي الذي نستلمه . عندما نزيل الأحكام من عقولنا ، فإننا نستلم حسن تمييز أوضح ، الذي هو مصطلح آخر للإرشاد الإلهي .

فتح شاكرا المعرفة الصافية الشفافة

المعرفة الصافية لها شاكرا تتراسل مع عملية استقبال المعلومات من العالم الروحي السماوي . تماما كما تتراسل الرؤية الصافية مع شاكرا العين الثالثة ويتراسل السمع الصافي مع شاكرات الأذنين ، تتراسل المعرفة الصافية مع شاكرا التاج .

شاكرا التاج تدور باتجاه عقارب الساعة ، مثل مروحة بالسقف ، في داخل الجزء العلوي من الرأس . إنها الشاكرا الأسرع دورانا ، وتتوهج بلون أرجواني .

شاكرا التاج تصبح مسدودة عندما نحمل أحكاما وأفكارا قاتمة عن الخوف ، القلق ، أو الارتياب . أفكارا كهذه تعمل مثل وحل زلق يبطئ دوران مركز الطاقة هذا . حينما يحدث هذا ، فإن تركيزنا يضعف وأفكارنا تصبح ضبابية غير واضحة .

تقول دورين ، حتى إن كنت غير متأكد تماما أنك تؤمن بوجود الشاكرات وتؤمن بتمارين التأمل ، فإنك لن تتضرر إن جربت تنظيف شاكراتك . هذا التأمل الفعال يعمل بسرعة على تنظيف شاكرا التاج ، سواء كنت تؤمن بفعاليته أم لا .

تأمل لتنظيف شاكرا التاج

- بعد اتخاذ وضع جلوس مريح وعيناك مغمضتان ، تنفس بعمق من خلال أنفك . أمسك النفس للحظة ، ثم أخرج الهواء ببطء من خلال فمك . خذ نفسا عميقا آخر ،

أمسكه ، ثم أخرج الهواء . استمر بالتنفس على مستوى عميق ومريح طوال هذا التأمل .

- ركز على المنطقة داخل أعلى رأسك . تخيل أو اشعر بمروحة جميلة أرجوانية تدور . هذه هي شاكرا التاج . خذ نفسا عميقا وأرسل جوهر طاقة الهواء ، الذي هو نور أبيض ذهبي ، إلى شاكرا التاج . مع استمرارك بالتنفس فإن المزيد والمزيد من النور الأبيض الذهبي يحيط بشاكرا التاج .

- تخيل أو اشعر بهذا النور يبدد كل الطاقة القاتمة المظلمة الملتصقة بشاكرا التاج . إن أحببت ، بإمكانك ذهنيا أن تنادي على الملائكة لمساعدتك في إبعاد أنماط التفكير القديمة التي لم تعد تناسب حياتك وقيمك الحالية . الملائكة تعرف أية أفكار لم تعد تنفعك . إنهم ببساطة يحتاجون لإذن منك لإبعادها .

  ذهنيا قل للملائكة ، " أطلب منكم مساعدتي في تطهير كل الأفكار التي لا تقدم خدمة لي ، و لله ، أو العالم .

- عندما تصبح راغبا في تحرير أنماط التفكير هذه ، أنت تتخيل أو تشعر بالملائكة تنقلها بعيدا . أنت لا تحتاج لفعل شيء فقط كن راغبا بأن يتم تطهيرك . لذلك ، كن راغبا بأن تحرر للملائكة كل المخاوف التي تمنعك من تلقي الإرشاد الإلهي .

- مع أخذ نفس عميق ، كن راغبا بتحرير و تسييب أية مخاوف تتعلق باتصالك بالإله ، من ضمنها الخوف من أن يقوم بالسيطرة عليك ، التلاعب بك ، معاقبتك ، أو تقييدك . كن راغبا في تحرير أية مشاعر قديمة بعدم الصفح تحملها تجاه الإله ، من ضمنها عدم الصفح بسبب فكرة أن الله لم ُيجب صلواتك أو أنه تركك تعاني أو ترك شخصا عزيزا عليك يعاني ، أو الاعتقاد بأنه يحب الناس الآخرين أكثر منك .
اسمح للملائكة بأن تحمل بعيدا أية بقايا استياء أو غضب قد يكون لديك تجاه أعضاء أي جماعة دينية . مع نفس عميق آخر ، اسمح للملائكة بأن تطهرك تماما من أية معتقدات أو أفكار غير صحيحة تمنعك من أن تتنعم بمقدرتك الطبيعية على الاتصال بالذكاء والحب الإلهي غير المحدود .

- أشكر الملائكة على مساعدتها .

جودي

امرأة اسمها جودي كانت تمر ببعض المشاكل في العمل : مبيعاتها كانت منخفضة وكانت قلقة حول كيف ستوفي بمصاريفها الشهرية . لذلك صلت طالبة الإرشاد الإلهي . توقعت جودي أن تستلم نصيحة عملية ، مثل " اعملي تخفيضات " أو " قومي بنشر إعلان في جريدة معينة " . وبالتالي ، في البداية كانت منغلقة تجاه الإجابة التي أتت إليها ، " أحبي زبائنك أكثر ". لكن كل ليلة حينما تصلي جودي طالبة المساعدة ، فإنها تستلم نفس الفكرة ، " أحبي زبائنك أكثر ".

حينما كانت في النهاية بحاجة ماسة للمال ، فكرت جودي ، " حسنا ، سأجرب ذلك !" هي بوعي سكبت المحبة في أفكارها وأفعالها ، على غير عادتها قامت بمساعدة زبائنها بدون أن تدفعهم لشراء شيء من المحل . موقفها المُحِب بشكل واضح كان له أثر عميق ، لأن مبيعاتها ازدادت في اليوم الأول . النجاح السريع دعم سلوكها ، وفي اليوم التالي ، منحت زبائنها هدايا مجانية كما استمرت في سكب أفكار وطاقة مُحِبة . بعد مرور أسبوعين ، عمل جودي كان أقوى من أيما وقت مضى .

قصة دورين فيرشو مع الملائكة

تحكي دوين قائلة ، في وقت متأخر من الليل ، عندما كنت فتاة صغيرة ، كانت قوى قوية ومُحِبة أحيانا توقظني من نومي فجأة . في غرفتي المعتمّة ، أرى أنوارا تومض وأشعر أني محاطة بحب روحي سماوي يجعلني أدرك أن ملائكتي بقربي . ثم ، أغط في نوم عميق ، واثقة أني آمنة ومحمية بواسطة كائنات عظيمة رقيقة .

بمرور السنين ، عندما سعيت لنيل درجة الدكتوراه ، وتزوجت ، وأنجبت أطفالا ، فقدت اتصالي بالملائكة . بينما لا زلت أحب كل شيء يتعلق بهم ، إلا أني توقفت عن التحدث معهم . من حين لآخر ، قد أسمع صوتا من عالم الأرواح يوجهني للقيام بتغييرات في حياتي . ومع ذلك ، لأن حياتي كانت نشطة ومزدحمة ، فإنني كثيرا ما تجاهلت حكمة إرشاد ملائكتي .

هذا كله قد تغير في يوم 15 يوليو1995 ، بينما كنت أرتدي ملابسي لموعد لدي في كنيسة في آنهايم ، كاليفورنيا . صوت ملاك خارج وفوق أذني اليمنى قال ،" دورين ، من الأفضل لك أن تضعي الغطاء العلوي على سيارتك ، وإلا فإنها ستسرق ." كنت في عجلة كبيرة ، لذلك اعتبرت الصوت شيئا مزعجا أكثر من أن يكون مساعدا .

ليست لدي خمس دقائق إضافية لأركِب غطاء السيارة العلوي ! فكرت . سيارتي البيضاء ذات الغطاء القابل للطي تبدو عادية عند وضع غطائها الأسود ، لكن عند طي غطائها ، تبدو السيارة رائعة قليلا . بوضوح ، الملاك أرادني ألا أكون بارزة للعيان لكي لا أجذب انتباه لص سيارات . استمر الصوت في تحذيراته من لصوص السيارات ، لكني بعناد أصريت بأن لا وقت لدي .

في طريقي لموعدي في الكنيسة ، شعرت بطاقة سلبية تحيط بسيارتي كضباب كثيف . شيء ما أخبرني ،" أحد ما للتو قد اكتشف سيارتي ولديه نوايا لسرقتها ." " كنت متأكدة أن أحدا ما سوف يسرق سيارتي ، لذلك دعوت طالبة الحماية عندما وصلت موقف السيارات عند الكنيسة . أوقفت سيارتي قريبا من الكنيسة ، وحالما خرجت من سيارتي ، صوت رجل ورائي صرخ علي لأعطيه مفاتيح سيارتي وحقيبتي . تحذيرات ملاكي كانت صحيحة !

لقد اتبعت إرشاد باطني أخبرني بأن أصرخ بكل قوتي . صراخي استدعى انتباه امرأة جالسة في سيارتها في موقف السيارات ، فضغطت على نفير سيارتها . الإزعاج جعل

الناس بداخل الكنيسة يأتوا للخارج ، ولص السيارات ورفاقه قد هربوا . كنت لم أتعرض للأذى ، ولا تزال لدي حقيبتي وسيارتي . عندما اتصلت بالشرطة لأبلغ عن الجريمة ، علمت أن لصوص السيارة ، كانوا مسلحين بمسدس وسكين ، وكانوا منهمكين في السرقة ذلك اليوم .

ذلك كان اليوم الذي تعلمت فيه درسي عن الاستماع لملائكتي ! ليس فقط بدأت أنصت إلى الملائكة ، لكنني أيضا بشكل فعلي التمست إرشادهم ومساعدتهم . كلما قضيت وقتا أطول أتحدث مع الملائكة ، كلما أصبحت أسمع حكمتهم المُحِبة بسهولة أكبر .

الاتصال بالملائكة

سواء كنت ترغب أن تكون وسيطا للملائكة ، أو فقط تريد أن تسمع إرشادهم السماوي بوضوح أكبر ، بإمكانك أن تأخذ خطوات محددة لتتصل بوضوح بهذه الكائنات السماوية . الخطوة الأولى هي ببساطة أن تكون راغبا في التحدث مع الملائكة . عزمنا ونوايانا ، في أي شيء نفعله ، هي نقاط البداية لكل شيء نلاقيه . لذلك حمل النية والعزم في قلبك وعقلك للاتصال بالملائكة ، يضمن أن ذلك سوف يحدث .

الجميع يستطيع الاتصال بالملائكة بدون استثناء . إنها فكرة خاطئة الاعتقاد أن الشخص ينبغي أن يكون مختارا ، أو حساسا ، أو موهوبا ليسمع صوت الله والملائكة . ما دمنا كلنا خلقنا متساوين بقدرة الله ، فكلنا موهوبين بالتساوي .

نحن كلنا أيضا لدينا ملائكة يحيطون بنا على الدوام ، وذاتنا العليا متحدة مع هؤلاء الملائكة ومع الله . وبالتالي ، ذاتنا العليا على اتصال دائم بالله والملائكة من خلال عقل واحد كوني جامع وشامل الذي هو الكل في الكل . أنت لا تحتاج لأن تضيف أي شيء لذاتك لتسمع الإرشاد والهدي السماوي . إنها مجرد مسألة إزالة أية مخاوف ، وشكوك ، أو توتر قد يسد عيونك وأذنيك الروحيتين . لحسن الحظ الملائكة سعيدة للغاية بأن تقوم بمساعدتنا على إزالة هذه العقبات – كل ما نحتاج إليه هو أن نطلب منهم هذه المساعدة .

حالما تحرر أي شيء داخلي يقف في طريقك ، بشكل طبيعي سوف تتلقى اتصالا سماويا بشكل واضح ومباشر . بعدها ، يمكنك أن تضخم وتكبر صوت ووضوح الرسائل عن طريق القيام بتغييرات دقيقة في بيئة منزلك وأسلوب حياتك . مرة أخرى ، الملائكة سوف تساعدك في كل خطوة على الطريق .

الملائكة الرئيسية ؛ ملائكة الطبقة العليا

هؤلاء هم الملائكة الذين يشرفون على الملائكة الحارسة والملائكة الذين على الأرض . بإمكانك اعتبار الملائكة الرئيسية " كالمديرين" بين طبقة ملائكة الأرض . بإمكانك مناداة ملاك رئيسي كلما احتجت مساعدة قوية وسريعة .

ما دامت الملائكة هي كائنات روحية بكل معنى الكلمة ، فليس لديهم قيود زمنية أو مكانية . الملاك الرئيسي يستطيع مساعدة الكثير من الناس في أماكن جغرافية مختلفة في نفس الوقت . لذلك ، لا تقلق أبدا عندما تنادي ملاكا لأنك خائف أن حاجتك ليست كبيرة بما فيه الكفاية أو أن الملاك قد يكون مشغولا . نداؤك بطلب المساعدة هو موسيقى جميلة لأذنَي الملاك .

بسبب " قانون حرية الإرادة " ، الملائكة والملائكة الرئيسية لا تستطيع التدخل بحياتنا إلا إذا نحن بالذات طلبنا منهم المساعدة . الاستثناء الوحيد لذلك هو عندما نكون في موقف يهدد حياتنا ، حيث قد نموت قبل الموعد المحدد لوفاتنا . عدا ذلك ، الأمر عائد لنا أن نتذكر أن ندعو الملائكة والملائكة الرئيسية دائما إلى حياتنا .

كل ملاك من الملائكة الرئيسية يتخصص في مهمة إنسانية مختلفة . من المفيد أن تعرف أي ملاك يمسك أي وظيفة لكي تعرف إلى من تنادي وقت الحاجة . هذا ملخص لأدوار وأسماء الملائكة الرئيسية الأربعة الأكثر أهمية :

- الملاك الرئيسي ميكائيل ، بالإنجليزية مايكل Archangel Michael ، واسمه يعني " من هو مثل الله " أو " من هو يشبه الله " .

ميكائيل هو الحامي والمدافع عن النور والصلاح ، ودوره الرئيسي هو أن يرافق الناس منحلي الأخلاق بعيدا لكي لا يستطيعوا إيذاء الناس الآخرين . ميكائيل ومساعديه من الملائكة ، ويسمون " عصبة الرحمة " يأخذون الناس ذوي العقول غير البناءة (الأحياء والأموات كلاهما) إلى نور الله ، حيث تداوى وتشفى عقولهم .

نادي على ميكائيل كلما أحسست بهلع . إن كنت في مكان مزدحم مأهول بناس مضطربين ، على سبيل المثال ، اطلب من ميكائيل أن يزيل الطاقة السلبية غير البناءة . إن كنت تظن أن روحا أرضية معك ، ميكائيل يستطيع أن يأخذ ذلك الكائن إلى النور .

كلما أصبحت مثقلا بالقلق والمخاوف ، اطلب من ميكائيل أن ينقي ويصفي عقلك وقلبك . الملائكة تستطيع أن تدخل عميقا بداخل أجسامنا وأفكارنا ، وتساعدنا على رؤية الأمور من خلال نظرة مُحِبة أكثر .

الرسومات التي صور فيها ميكائيل كثيرا ما أظهرته ممسكا بكفتي ميزان العدالة في يده ، حيث أنه المشرف على الحق والعدل . إن كنت تشعر بأن أحدا ما يعاملك بطريقة ظالمة ، اسأل ميكائيل أن يتدخل . سوف تستلم حلا إعجازيا ، مثل أن يتصل بك الشخص الآخر فجأة ويعتذر أو يغير موقفه .

ميكائيل يستطيع أيضا أن يساعدك لوضع حل لمواقف مرعبة . تقول دورين ، لقد ناديت على ميكائيل عندما كان زوجي يبحث باهتياج شديد في ملفات كمبيوتره عن وثيقة مهمة . زوجي (واسمه مايكل أيضا) كان خائفا أنه عن غير قصد قد مسح وثيقته ، حيث أنه لم يستطع إيجادها في أي مكان . أثناء ذلك ، جلست قريبا وطلبت من

ميكائيل التدخل . في الحال ، رأيت شخصية ذات بنية كبيرة فوق كتف زوجي الأيسر ، وقد ظهر الملاك وهو يحرك أصابعه على لوحة مفاتيح الكمبيوتر بقلق . في خلال دقيقة من هذه الرؤية ، هتف زوجي ، " وجدتها " .

إنها فكرة حسنة أن تدعو ميكائيل للحضور إلى أي غرفة في منزلك أو مكتبك بها أثر لطاقة سلبية . على سبيل المثال ، إن كنت تسكن في منزل كان يسكنه من قبل ناس غير سعداء ، اطلب من ميكائيل أن ينقي المحيط .

كلما كنت مضطربا ، نادي على ميكائيل لتستعيد الطمأنينة و الانسجام . إن ذهبت إلى أحياء غير آمنة ، نادي على ميكائيل ليقودك ويحميك . بإمكانك أن تطلب منه التدخل في الصداقات والعلاقات الزوجية التي تعاني من الخلافات .

- الملاك الرئيسي جبريل Archangel Gabriel ، واسمه يعني " بطل الله " أو " الله هو قوتي " .

جبريل هو الملاك الشهير الذي بشر مريم العذراء بميلاد المسيح . هذا الملاك هو رسول من عند الله ، يحضر لنا أخبار أحداث قادمة ، تغيرات قادمة في الأفق ، وتجارب جديدة مخبئة بانتظارنا . جبريل يقدم الكثير من العون إلى رسل الله من بني البشر ، ومن ضمنهم الصحفيين والسعاة .

الزوجان اللذان ينتظران مولودا أو يرغبان بمولود لهما يستطيعان دعوة جبريل إلى حياتهما ليشرف على حمل وميلاد الطفل الجديد . وأي شخص منهمك في عمل جديد من أي نوع – مثل مشروع جديد ، وظيفة جديدة ، أو تغيير السكن – فمن الحكمة طلب مساعدة ونصيحة جبريل .

جبريل أيضا يبعث حياة جديدة في العلاقات المُجهَدة والأعمال التي يعوزها الإشراق والحيوية . اطلب من جبريل أن يبعث الحياة في أي جزء من حياتك يبدو عاجزا عن الحركة أو التقدم . سوف تستلم أفكارا خلاقة وفرصا جديدة تساعدك على التحرك من جديد .

يُعزَى إلى جبريل أنه من قدم النبوءات عن قدوم المسيح إلى النبي دانيال ، و القرآن إلى النبي محمد . وبناء على ذلك ، كثير من الناس يعتقدون أن جبريل مسئول عن الرؤى ، والأحلام ، والوحي والإلهام . اطلب من جبريل المساعدة في تفسير أي من أحلامك التي تبدو محيرة .

- الملاك الرئيسي يوريال Archangel Uriel ، ويعني اسمه " نور الله " .

يوريال يجلب النور الإلهي إلى حياتنا . إنه رائع في شفاء ذكرياتنا المؤلمة وتحويل وتغيير ندمنا وأخطائنا بحيث نشعر بقوة ومحبة أكثر . اطلب من يوريال أن يأخذ أعباءك العائدة للماضي . هو في الحال سوف يريح قلبك وعقلك من أي شعور قديم بعدم المغفرة لديك تجاه نفسك أو الآخرين .

هذا الملاك يساعدنا على رؤية المحبة في المواقف التي نشعر أنها لا تتواجد فيها . على سبيل المثال ، إن كانت لك علاقات صعبة مع زملاء العمل ، الرؤساء ، أو الزبائن ، اسأل يوريال أن يساعدك . إنه سوف يرشدك ويرشد الناس الآخرين بطرق إعجازية بحيث أنك سترى ما هو حسن بداخل كل منا . بمساعدة يوريال ، قد تنسى لماذا كنت غضبانا أو خائفا من الناس في العمل في المقام الأول !

في الحكايات الفلكلورية يقال أن يوريال هو الذي حذر نوح بقرب قدوم الطوفان . هذا الملاك يساعدنا خلال أوقات الكوارث ، مثل الزلازل ، والأعاصير ، والأمطار الغزيرة الجارفة . اطلب من يوريال المساعدة كلما شعرت بالخوف من هذه المواقف . هو ربما يرشدك إلى الانتقال إلى مكان مختلف أو تجهيز منزلك لأقصى احتياطات السلامة . يوريال أيضا يساعد العائلات للبقاء آمنة وسليمة أثناء الكوارث الطبيعية .

بشكل مماثل ، إن كانت حياتك تبدو مثل زلزال متنقل عملاق ، اطلب من يوريال أن يعيد توجيه عقلك وأفكارك لتستعيد طمأنينة بالك . يوريال رائع في إنقاذنا من الأزمات التي فرضناها على أنفسنا ذاتيا ، وهو أيضا يساعدنا في تأسيس حياة هادئة مستقرة .

يوريال أيضا يساعدنا في إنجاز أهدافنا وأحلامنا . هو يعرض المساعدة بالكامل ، ذلك يشمل إعطاؤنا أفكار جيدة ، إبقاؤنا متشجعين و متحمسين ، ومساعدتنا في إظهار الموارد المادية التي نحتاجها في مشروعنا . ادع يوريال ليكون رفيقك في أي شيء أنت تعمل عليه حاليا .

- الملاك الرئيسي رافاييل Archangel Raphael ، واسمه يعني " الله يشفي " .

رافاييل مسئول عن جميع أشكال الشفاء . هو يشرف على الاحتياجات الشفائية للأرض وأيضا لسكانها . رافاييل يرشد ويساعد الناس الذين يعملون في المجالات الشفائية ، كالأطباء ، المعالجين ، الممرضات ، المستشارين الصحيين ، والعلماء . من ناحية أخرى ، بإمكانهم دائما طلب المزيد من المساعدة ، التي سيكون رافاييل سعيدا بتقديمها .

إن كنت حاليا تعمل في مهنة علاجية ، فيتعين عليك أن تدعو رافاييل إلى حياتك . هو سوف يهمس بالإرشاد في أذنك إن كنت غير متأكدا أي اتجاه تأخذه مع أحد مرضاك . هو أيضا يعطينا أفكارا خلاقة ومعلومات ضرورية بحيث نستطيع بسرعة علاج الناس الآخرين . هذا الملاك رائع في مساعدة العلماء في خلق اكتشافات ونجاحات جديدة في العلاجات الطبية . لذلك من الحكمة أن نطلب مساعدة رافاييل في الشؤون الصحية التي أربكت المجتمع العلمي .

إن تكن أنت أو شخص عزيز عليك بحاجة للعلاج ، رافاييل هو الملاك الذي تنادي عليه . ماعدا في حالات عندما يكون موت أو مرض الشخص هو جزء من الخطة الإلهية لحياته . رافاييل سوف يوصل كل ما تحتاج إليه لاستدعاء الشفاء . لذلك بعد أن تنادي رافاييل ، قد تستلم أفكارا أو إلهاما مفاجئا يمنحك المعلومات الصحيحة للمساعدة

في الشفاء . ينبغي عليك أن تنصت له ، ثم تتبع هذه الإجابات الملائكية الملهمة . أحيانا الملائكة لا تسرع وتعالجنا . عوضا ، ربما يقودوننا لإيجاد مساعدة إنسانية للأمراض والحوادث .

في أوقات أخرى ، رافاييل قد يشير لك أن أفكارك قد أحدثت المشاكل الصحية . على سبيل المثال ، قد يطلب منك رافاييل أن تسلم غضبك القديم له ليحرر جسدك من التخريب الذي ينشأ عن الآثار السمية للغضب . بعدها ستشعر بالراحة عند تسليم غضبك كما عندما تتخلص من جرائد الأمس .

رافاييل ينشر نورا أخضرا زمرديا صافيا مشرقا . هذا هو لون الشفاء ، ولون طاقة المحبة لشاكرا القلب . عندما تنادي رافاييل ، قد ترى بعينك الباطنية ، النور الزمردي يحيط بك كوابل مطر متألق من النور المتوهج . اشعر بخلاياك تشرب من هذا الماء المُروي ، واشعر بالامتلاء والشفاء الكامل .

رافاييل أيضا له تخصص ثان : هو يرشد ويحمي المسافرين من جميع الأصناف . سواء كنت في رحلة روحانية أو ستذهب إلى أوروبا ، نادي رافاييل ليمهد الطريق .

بالنسبة للملائكة ، لا مهمة هي " كبيرة " أو " صغيرة " . كل المعجزات هي مهمة بالتساوي لهذه المخلوقات التي تحبنا . كل ما يطلبونه ، بالمقابل ، هو أن نشكرهم على المساعدة ، ونشارك معهم في إخلاصهم لله .

بعض الطرق لمناداة الملائكة

بعض طرق مناداة الملائكة تشمل :

- كتابة رسالة إلى الملائكة . اسكب قلبك عندما تناقش اضطرابك وارتباكك ، آلامك ، وقلقك . لا تحبس أي شيء في صدرك ، لكي تستطيع الملائكة مساعدة كل جزء منك ومن وضعك .

- التخيل . سمها عيونك الباطنية ، أو خيالك ، أو عيونك الثالثة – المصطلح غير مهم . تخيل الملائكة هو طريقة قوية لمناداتهم إلى جانبك . تصور الملائكة تطير في دوائر حولك أو حول من تعز من الناس . تخيل ملائكة قوية تحتشد بجوارك . تخيل الغرفة التي أنت بها تعج بآلاف الملائكة . هذه التخيلات هي دعوات للملائكة سوف تخلق واقعك .

  الملائكة تتوهج بنور المحبة ، لذلك هم ليس لهم شكل جسدي . من ناحية أخرى ، الملائكة تستطيع أن تتخذ مظهرا جسديا بإبراز صورة ذهنية لنا ، إن كان هذا سيساعدنا .

- نادي على الملائكة ذهنيا . فكر بذهنك ، أيتها الملائكة ، ساعدوني أرجوكم ، وسيكونون معك في الحال . إن كنت صادقا في ندائك ، الملائكة تسمع نداءك

الذهني لطلب المساعدة . يمكنك أن تصوغ طلبك في كلمات على هيئة تعبير توكيدي ، مثلا " لدي المئات من الملائكة تحيط بي الآن " ، أو كدعاء توسلي :" أيتها الملائكة أنا في ألم وغم وأحتاج مساعدتكم الآن " . بإمكانك أن تسأل الله أن يرسل لك الملائكة ، أو تستطيع مناداة الملائكة بشكل مباشر .

- التحدث مع الملائكة بصوت عال . بإمكانك أن تعبر عن طلبك بصورة لفظية ، وأحيانا نحن نفعل ذلك دون وعي . مثلا عندما نقول ،" يا إلهي" عند المحن . قد تجد أن قضاء وقت لوحدك في محيط هادئ ، خصوصا في الهواء الطلق في الطبيعة ، هو فرصة رائعة لإجراء محادثة كلامية مع الملائكة .

تهدئة العقل

ملائكتنا الحارسة دائما تتحدث إلينا وبلطف تعرض النصيحة والمساعدة . عندما نطلب بوعينا مساعدة إضافية ونستدعي المزيد من الملائكة إلى جانبنا ، فإننا نتلقى سيلا أكثر اطرادا من الاتصال السماوي .

من ناحية أخرى ، ينبغي أن نكون مدركين لهذه المساعدة السماوية حالما تأتي إلينا ، قبل أن تتمكن من مساعدتنا . في بعض الأحيان ، اللغو والضجة تملأ أفكارنا بشدة بحيث لا نستطيع سماع الصوت المُحِب لملائكتنا . الضجيج العالي لأفكارنا حول فواتيرنا ، عائلتنا ، ومسئولياتنا يغلب ويطغى على صوت الملائكة الأكثر رقة . نحن أيضا نتجاهل رسائل ملائكتنا عندما تبدو غير مناسبة لأهدافنا الحالية . على سبيل المثال ، إن ألحت عليك ملائكتك بأن تسترخي وتستمتع بوقتك ، فإنك قد تهز كتفيك بلا مبالاة تجاه نصيحتهم قائلا " ليس لدي وقت لذلك " .

تقول دورين ، كثير من الناس يخبرونني أنهم يجدون صعوبة في القيام بالتأمل . إما أنهم لا يشعرون أنه يوجد وقت كاف للتأمل ، أو أن عقولهم تهيم وتتيه أو أن النعاس يغلبهم عندما يحاولون أن يتأملوا .

في حين أن التأمل بالتأكيد يجعل من الأسهل لك أن تسمع بوضوح رسائل ملائكتك ، إلا أنه ليس ضرورة أساسية . يوجد طرق أخرى لتهدئة العقل بشكل كاف لكي يكون من الممكن سماع أصوات الملائكة .

على سبيل المثال ، يمكنك إبطاء جسدك ، عواطفك ، وأفكارك عن طريق الاتصال والارتباط بالطبيعة . إذا كان بإمكانك بانتظام أن تفسح مجالا لعادة النظر خارج نافذة منزلك ، مكتبك ، أو سيارتك وتقدر قطعة واحدة من الطبيعة حق قدرها – سحابة ، شجرة ، طائر يسقسق – ستشعر بهدوء رائع داخل نفسك . ركز عينيك على هذا الإعجاز في الطبيعة التي أمامك . واشعر بقلبك ينتشي تقديرا وعرفانا بجمالها .
والأفضل في النهاية هو عندما أنت فعلا تقضي وقتا في الطبيعة لتتواصل مع أمنا الأرض ، وملائكة الطبيعة ، وملائكتك الحارسة .

طريقة أخرى لتهدئة العقل والجسد هو بأخذ نفس عميق وبطيء مرتين أو ثلاث . تنفس مقدارا من الهواء قدر ما تستطيع ، ثم أمسك النفس في رئتيك لخمس أو عشر ثوان . بعدها أخرج الهواء ببطء . كرر التنفس ، وهذه المرة ، تصور نفسك تتنفس أحاسيس جميلة كالاسترخاء ، البهجة ، والطمأنينة . عندماُتخرج الهواء ، اشعر بنفسك تحرر الضغوط ، القلق ، التوتر ، والمخاوف .

الفلسفات الشرقية تدرس تمرين تخيل لتهدئة العقل ، بهذا التمرين أنت تتصور بحيرة كبيرة من الماء الصافي . ركز انتباهك واهتمامك على مركز البحيرة ، وكأنك تحت الماء وبسهولة تتنفس وتعوم وأنت تنظر إلى الماء من حولك . لاحظ حبيبات الرمل ببطء تعوم إلى قعر البحيرة . عندما يسقط الرمل ، يصبح الماء صافيا وساكنا تماما . اشعر بجسدك وعقلك يستجيب إلى هذا السكون ، و كل قلقك و همومك بلطف تسقط وتستقر في هدوء رقيق .

التمارين البدنية أيضا لها تأثير مهدئ . لقد أظهرت الدراسات أنه بعد أن نتمرن بنشاط ، كيمياء دماغنا تتحول إلى اتجاهات صحية . المخ بعد التمرن يكون لديه كمية متزايدة من الناقل العصبي المسمى "سيروتونين" المغير للمزاج والطاقة . كثير من الناس أيضا أبلغوا عن زيادة في الأفكار الخلاقة والأفكار البارعة المفاجئة أثناء ممارسة التمارين البدنية . ربما ، زيادة التنفس أثناء التمرن يؤدي إلى هذا النوع من الإلهام . حاول أخذ ثلاثين دقيقة من المشي ، قيادة الدراجة ، أو لعبة رياضية في الهواء الطلق ، وسوف ترى أن الاتصال مع الملائكة يأتي بشكل طبيعي تماما أثناء وبعد تمرنك .

من الأسهل أن تسمع ملائكتك عندما تكون لوحدك ، خصوصا عندما تكون في محيط طبيعي . كلنا بحاجة لأخذ استراحة قصيرة من العالم لتجديد طاقتنا وجمع أفكارنا . خذ موعدا يوميا لقضاء وقت لوحدك ، بحيث لا يكون عقلك مركز على أي واجب أو مهمة دنيوية . سواء جلست لتتأمل أو انهمكت في نشاط خلاق كالرسم أو العناية بالحديقة ، خصص وقتا لنفسك ولملائكتك لتتصلوا ببعضكم البعض .

بعض طرق الاتصال بالملائكة

تقول الملائكة :

" ليس من الصعب أن تسمعونا ، إن كنتم ستنصتون لنا بقلب مفتوح . أغلب الوقت ، نحن قريبون منكم أكثر مما تتخيلون . همسة ، فكرة ، هي الإشارة الوحيدة التي نحتاجها منكم لنبدأ التحدث . لدينا احترام هائل لما تجتازونه هنا على كوكب الأرض في هذا الوقت . نحن أبدا لا نسعى للتدخل في حياتكم ، لكن لنجلب لكم نِعَم من التبصر وطرق جديدة للنظر إلى أنفسكم .

يمكنك أن تتصل بالملائكة بطرق متنوعة منها الكتابة الأوتوماتيكية ، الأحلام ، بطاقات التنبؤ ، والاتصالات الحدسية أو الاتصالات العقلية الاستثنائية . من الضروري أن تختار أسلوب الاتصال التي تشعر بالانجذاب إليه بشكل طبيعي . أي شيء يبدو إجباريا

أو مخيفا سوف يغلق مقدرتك على سماع رسائل ملائكتك بوضوح . أيضا ، الاتصال بالملائكة يتطلب القليل من الممارسة والصبر في البداية . لذلك ، ينبغي عليك أن تجرب الطرق التي من المحتمل أنك ستواظب عليها لفترة .

- الكتابة الأوتوماتيكية . تقول دورين ، لقد استلمت رسائل الملائكة التي كتبتها في كتابي Angel Therapy من خلال هذه الطريقة . إنها تعني أن الملائكة حرفيا يكتبون رسائلهم من خلال الوسيط . الكتابة الأوتوماتيكية تتضمن شكل من الإملاء ، حيث أنت تسمع أصوات الملائكة ثم تكتب ما تسمعه . الصوت قد يكون داخل أو خارج رأسك . إنه قد يبدو أو لا يبدو مثل صوتك . من المحتمل أن تكون مدركا لما تكتبه في هذا النوع من الكتابة الأوتوماتيكية .

نوع آخر من الكتابة الأوتوماتيكية يتضمن أن الملائكة يدفعون يدك عندما تستخدم أنت قلم رصاص أو تطبع على لوحة مفاتيح الكمبيوتر . أغلب الناس اللذين يستخدمون هذه الطريقة يكونون غير مدركين للكلمات التي يكتبونها . هذا هو نوع الكتابة الأوتوماتيكية التي استخدمتها في كتابي Angel Therapy .

للاطلاع على الخطوات الإرشادية لإجراء كتابة أوتوماتيكية يرجى الرجوع إلى كتاب Angel Therapy .

- الأحلام . نحن نتفاعل كثيرا مع المملكة الملائكية أثناء أحلامنا . سوف تزيد عدد الرسائل الملائكية لك ببساطة بدعوة الملائكة إلى أحلامك .

على سبيل المثال ، إن كنت مترددا حول الاتجاه الذي ينبغي أن تتخذه في مهنتك ، ذهنيا قل دعاءً مشابها لهذا حالما تضع رأسك على وسادتك :

" أيتها الملائكة ، أرجوكم ادخلوا أحلامي الليلة وامنحوني رسائل واضحة ، التي سوف أتذكرها ، لتساعدني في معرفة أي اتجاه ينبغي علي أن آخذه في مهنتي " .

الملائكة دائما ترحب بهذا الطلب ، وعلى الأرجح أنك سترى حلما واضحا ستتذكره بسهولة . أو ، الملائكة قد تساعدك أثناء نومك بطريقة ما بحيث أنك لا تتذكر محتويات حلمك . على الرغم من ذلك ، أنت تصحو وتعرف أن شيئا ما بداخلك قد تغير أثناء الليل . أنت تشعر بأنك أكثر سعادة ، وأكثر إيجابية ، وأكثر وضوحا حول أي اتجاه ينبغي أن تأخذه . هذه دلالة على أن الملائكة أعادت ترتيب أفكارك ومعتقداتك ، لتساعدك في تحرير المخاوف التي تبقيك مترددا حول مهنتك .

- أدوات التنبؤ . بطاقات التنبؤ Oracle cards و البندولات pendulums توفر وسائل ملموسة للاتصال بالملائكة . إن كنت ذا حس صاف فهذه الوسائل ستبدو طبيعية تماما بالنسبة لك .

- بطاقات التنبؤ . يمكنك شراء بطاقات تنبؤ ذات موضوع ملائكي من أغلب المكتبات (ليس المقصود المكتبات هنا) . يوجد ماركات تجارية مختلفة من بطاقات الملائكة ،

وعلى الأرجح أنك ستجد نفسك منجذبا لمجموعة معينة بالتحديد أو اثنتين . بعض بطاقات الملائكة التنبؤية مبنية على أساس بطاقات التارو القديمة . بطاقات الملائكة تبرز رسوما غنية بالألوان للملائكة الرئيسية ، والملائكة الصغيرة (الشيرب) ، والساروفيم (من ملائكة الطبقة الأولى) ، مع كلمات أو جمل تصف معنى كل بطاقة معينة .

لتتصل بالملائكة باستخدام بطاقات التنبؤ ، قم بالتأمل وأنت تخلط مجموعة البطاقات ، وذهنيا اسأل الملائكة أن تمنحك المساعدة . تقول دورين ، أنا أحب أن أشعل بخورا وأضع موسيقى تأملية رقيقة أثناء استخدامي لبطاقات التنبؤ الملائكية . بينما أنت تخلط البطاقات ، يمكنك أن تسأل الملائكة أسئلة معينة ، طالبا أن يقدموا لك المساعدة في ما يخص حياتك ، أو اسألهم أن يساعدوك في التنبؤ بمستقبلك .

الملائكة تخبرك متى تتوقف عن خلط البطاقات . إن كنت ذا حس صاف ، سوف تحس متى ينبغي عليك أن تتوقف عن الخلط . أيضا ستشعر ما إذا كان ينبغي عليك أن تنشر بطاقات معينة أو ما إذا كان ينبغي عليك أن تأخذ البطاقات من الأعلى . إن كنت ذا سمع صاف ، ستسمع الملائكة تخبرك بأن تتوقف عن خلط البطاقات . أصواتهم قد تقول رقما مثل " سبعة " ، في إشارة إلى أن عليك أن تنشر سبع بطاقات . ذوو البصر الصافي يرون تلميحات بصرية ، مثلا بطاقات َتبرُز من المجموعة بطريقة معينة أثناء خلطك لها ، كإشارة لك لتنشر هذه البطاقات . هذا التوجه البصري أيضا يخبر ذوي البصر الصافي أية بطاقات ينبغي عليهم نشرها . ذوو المعرفة الصافية يعرفون متى يكون الوقت مناسبا لنشر البطاقات ، وأي بطاقات ينبغي عليهم نشرها .

تقول دورين ، الناس الذين لديهم مجموعة من قنوات الاتصال يستخدمون تشكيلة منوعة من الحواس الروحية أثناء خلط البطاقات وأثناء نشرها . على سبيل المثال ، حسي الصافي يساعدني لأعرف متى أتوقف عن خلط البطاقات ، ثم الصوت القادم من سمعي الصافي يخبرني كم بطاقة ينبغي علي نشرها . ببصري الصافي أرى معنى البطاقات التي نشرتها . مع الصلاة والممارسة ، أي واحد يستطيع أن يكون ببراعة ماهرا في تفسير بطاقات التنبؤ – خصوصا مع مساعدة الملائكة .

- البندولات . هذا حجر كريم أو بلوري ، مثلا يشب ، يعلق بسلسلة رقيقة أو حبل من الساتان . أنت تمسك السلسلة أو الحبل وتدع الحجر يتدلى إلى أن يتوقف بلا حركة . عندما تسأل ملائكتك أسئلة ، سيتحرك الحجر في اتجاه معين للإجابة بنعم ، وسوف يتحرك في الاتجاه المعاكس إن كانت الإجابة هي لا . لتكتشف أي اتجاه يذهب إليه الحجر ليشير " نعم " و" لا " ، اسأل سؤالا أنت مسبقا تعرف إجابته ، مثلا " هل اسمي سوزان؟ " أو " هل أعيش في أوهايو" راقب أي اتجاه يتحرك إليه ، وستعرف أي اتجاه هو نعم وأي اتجاه هو لا . الآن يمكنك أن تطلب من الملائكة أن تجيب على أسئلة أخرى . سوف تجد أن إجابة قوية بنعم أو لا تجعل الحجر يتحرك في تأرجح وتمايل قوي وعريض . بعض الناس ، من خلال الممارسة والحس الباطني ، يستطيعون تحديد إجابات أكثر تفصيلا من " نعم " و " لا " من خلال حركة البندول .

- طلب العلامات . أثناء قيامك بالتأمل ، اسأل ملائكتك أن يعطوك علامة واضحة كإجابة لدعائك وصلواتك . عادة ، من الأفضل ألا تحدد أية علامة معينة أنت تريد . عوضا ، ملائكتك ستعطيك علامة بطريقة واضحة جلية . سوف تلاحظ وتعرف أنها العلامة التي طلبتها .

العلامة قد تأتي بواسطة الطبيعة ، كريش يسقط من السماء ، طائر يحلق بالقرب منك ، أو قوس قزح . علامتك قد تأتي من الأثير ، كشذا رائحة مفاجئ ، أو موسيقى ، أو وميض من النور ليس له مصدر مادي . علامات الملائكة أيضا تشمل فرص ومناسبات مفاجئة ، مثل مكالمة هاتفية أو رسالة تسلمك أخبارا طيبة ، أو كتابا يثب من الرف عندما تمر بقربه . أو علامتك قد تأتي باتصال استثنائي كرؤية ، حلم ، صوت ، أو حس باطني .

أيا كانت العلامة التي حصلت عليها ، ثق بها . اعلم أن الملائكة دائما تجيب دعاءك ، طلباتك ، ونداءاتك . كل ما عليك أن تفعل هو أن تسأل .

- الوسيط لكلام الملائكة . الملائكة ستتحدث من خلالك إن أحببت . عندما تكون وسيطا لكلام الملائكة ، فإن رسائلهم ستنطق بفمك وصوتك .

تقول دورين ، أحيانا ، أثناء جلساتي ، أكون وسيطة لملائكة عملائي بدلا من أن أسمع الرسائل ثم أقوم بنقلها لهم . عملائي يعرفون أنه عندما تحتوي الرسائل في جلساتنا على عبارات مثل ، " نحن نعتقد أنك سوف تستمتع ...." أو " نحن ننصحك بأن..." أن الملائكة تتكلم بدلا عني أنا فحسب .

للإطلاع على الخطوات الإرشادية لتكون وسيطا لكلام الملائكة يرجى الرجوع إلى كتاب Angel Therapy .

محيط سماوي

ملائكتك معك أينما ذهبت ، وبالتالي ليس لديهم هم تجاه المكان التي تختار التحدث فيه إليهم . إنه فحسب أن أنواعا معينة من المحيط تجعل من الأسهل بكثير سماع أصواتهم .

تقول دورين ، عندما بدأت التحدث مع ملائكتي ، لقد ألحوا علي بأن أشتري بعض أشرطة الموسيقى الكلاسيكية وبعض الزهور الناضرة لمكتبي . لقد رفضت بعناد أن أنفق مبلغا من المال على زهور ستذبل سريعا ، وموسيقى تذاع بالمجان على المذياع . ومع ذلك ، ألحت علي الملائكة بالتوقف عند محل بائع الأزهار وشراء الزهور ، ومن بعدها الذهاب إلى محل الموسيقى وشراء شريط .

في النهاية ، سألتهم لما كل هذا . لقد أوضحوا أنه على الرغم من أن تماثيل وصور الملائكة في مكتبي تهيئ المكان لاجتماع ملائكي ، إلا أنه من الأفضل أن أزينه بأشياء

من العالم الخفي غير المنظور . الموسيقى ، العبير ، واللون مكونة من ذبذبات تنقل عقولنا إلى مستوى أعلى ، حيث نكون أكثر قدرة على فهم رسائل ملائكتنا . موسيقى الراديو جيدة ، لكن ماذا عن كل تلك الوقفات الإعلانية التي تقاطع موسيقى ملائكتنا .

لذلك قمت بشراء بعض الأشرطة لبتهوفن ، وهاندال ، وفيفالدي . كثير من الملحنين الموسيقيين الباروكيين لهم ارتباطات قوية بالروحانية . على سبيل المثال ، أنطونيو فيفالدي كان قسا قضى حياته في تعليم الأيتام كيف يعزفون الموسيقى . جورج هاندال أخبر ملك انجلترا بأن الملائكة قد ساعدته في تلحين كورس هللويا الشهير Hallelujah Chorus .

بعد شهور تالية ، اكتشفت بحثا علميا يدعم ما يعرفه ملائكتي مسبقا : الناس يكون لديهم روايات أكثر عن التخاطر مؤكدة إحصائيا عندما تعزف الموسيقى الرقيقة في غرفهم . لقد لاحظت أيضا أنه عندما أسمع أشرطة لأصوات الطبيعة ، فإن عقلي يعلو وكأنني فعلا خرجت إلى الهواء الطلق .

(أنا) جربت موسيقى ممزوجة مع أصوات الطبيعة لديفيد وستيف جوردون خصوصا الجزء الثاني من موسيقى جنة الهدوء Garden of Serenity II وقد وجدتها رائعة جدا .

تواصل دورين قائلة ، أنا أيضا أخذت بنصيحة الملائكة واشتريت الأزهار الأكثر عبيرا استطعت إيجادها ، التي اتضح أنها مسك الروم tuberoses والمحدقات إلى النجوم stargazers . هذه الزهور الجميلة العطرة رفعت معنوياتي . دائما ، الزهور تلهم أحلاما رائعة وتفاعل أسهل مع الملائكة .

في هذه الأيام ، أيضا أنا أشعل البخور عندما أتصل بالملائكة . البخور الزهري الجميل أيضا يرفع الروح ويزيد الذبذبات جاعلا العمل كوسيط للملائكة أسهل .

الإضاءة هي أيضا جزء من العالم غير المنظور ، طالما الشعاع المنبعث من الشموع والمصابيح الملونة هو شيء غير مادي . الملائكة تقترح استخدام تشكيلة منوعة من الإضاءة في المنطقة التي تتأمل فيها . الملائكة تتفاعل مع أية إضاءة مريحة للنظر وطبيعية ، لكنهم أيضا يقدرون الأضواء الملونة المرحة لأنها تلقي أجواءً مرحة .

تطهير وتنقية قنوات الاتصال الإلهي

تقول الملائكة :

" بإمكانك سماعنا بوضوح أكثر حينما تطهر وتنقي الهواء من حولك . اعتبر الاتصال الإلهي وكأنه قادم من خلال ضباب رقيق ، الذي هو حقيقة الحاجز في الغلاف الجوي الذي يميز بين عالم روحي ما و آخر . كلما كان الضباب أرق ، كلما كان الاتصال بيننا أسهل . لكن غطاءً من الضباب الكثيف سيمنعنا من سماع أفكارك ورؤية أفعالك

بوضوح ، ومن المحتمل أكثر أن يخلق سوء فهم حول نوايانا تجاهك . بتنقية وتطهير نفسك ، إلى المدى الذي تستطيع ، فإننا نكون مبتهجين لأن الوصول إلينا يصبح ممكنا أكثر بقدر ما يهمك ، عندما يتم تنقية وتطهير الضباب الذي حولك " .

عندما تتحدث الملائكة عن " تنقية الهواء المحيط بك " ، إنهم لا يشيرون إلى الهواء النظيف بالمعنى التقليدي . إنهم يقصدون ، عوضا عن ذلك ، أن أفكارك وأسلوبك في العيش يؤثران في هالتك ومجال الطاقة المحيط بك . إنه قليلا مثل إزالة التشوش من خط الهاتف لكي تستطيع سماع المتصلين بك بوضوح أكبر . الاتصال بالملائكة يكون أسهل فهما عندما تنقي هالتك ومجال الطاقة الخاص بك .

كل خطوات التنقية تكون أفضل إن أتت برغبتك وإرادتك . من الأفضل ألا ترغم نفسك على اتخاذ أية خطوة تبدو وكأنك " تنكر ذاتك " . فقط قم بالخطوات التي تحس بأنك مستعد لها .

- نقي وطهر أفكارك .

تقول الملائكة :

" نحن لا نطلب منك أن تحاول أن تكون قديسا على وجه الأرض ، لكن افعل ما في وسعك لمراقبة الكلمات ، والعبارات ، والأفكار التي تقولها لنفسك وللآخرين . كل فكرة مبنية على الخوف ، كالغيرة ، التنافس ، الاستياء ، أو الانتقام ، تجعل مجال الطاقة الخاص بك كثيفا وقاتما . عدم المغفرة والعفو – تجاه نفسك ، أو موقف ، أو شخص ، أو شخصية عامة أو وكالة عامة – تسوّد هالتك مثل دخان كثيف " .

تقول دورين ، لقد رأيت ببصري الروحي الصافي كيف تبدو صور الأفكار . مباشرة بعد أن تكون لديك فكرة ، أنت تطلق شيئا يشبه الفقاعة لها المقدرة على الحياة مستقلة . حجم صورة الفكرة يبدو متماثلا مع مقدار الطاقة التي وضعتها خلف هذه الفكرة . صور الأفكار تخدم كل أوامرك . إنها تذهب إلى العالم وتخلق أي شيء فكرت فيه .

على سبيل المثال ، عميلة لدي أرادت بحق وظيفة معينة . أثناء المقابلة لأجل الوظيفة ، رأيتها تطلق صورة فكرة ضخمة بدت كفقاعة صابون كثيفة ذات وميض بطول أربعة أقدام وعرض قدم واحد . كان لها قوة حياة مستقلة ، وطاقة دفع نحو الأمام . حينما اتصلت بي عميلتي بعد أسبوع لتخبرني أنها استلمت وظيفتها الجديدة بنجاح ، لم أتفاجئ . الطاقة التي أطلقتها إلى العالم موسومة بعلامة " هذه هي الوظيفة التي أرغب بها " ، ضمنت لها استلام أمنيتها .

لا يوجد أفكار محايدة ، ولا يوجد لحظات باليوم حيث أفكارك لا تخلق صور أفكار thought forms وآثارها المسببة . أفكارك المليئة بالخوف تعمل كتابع أمين موثوق متعطش إلى الدم يحضر الرعب إليك أنت ، سيده . أفكارك المُحِبة بإذعان تحضر لك مواقف وعلاقات بهيجة . إنه خيارك .

ناس كثيرون ممن ينجذبون لأن يكونوا وسطاء للملائكة يشعرون بالحاجة لتفادي وسائل الإعلام السلبية . لذلك ، قد يتوقفون عن مشاهدة التلفزيون ، أو الاستماع للمذياع ، أو قراءة الجرائد . قد يصبحوا مبتعدين عن الأصدقاء الذين يتذمرون ويتشكون بشكل مستمر ، وقد يختارون ترك مهن قد تبدو غير منسجمة مع وجهة نظر إيجابية .

أيضا تقول الملائكة ، أنت تعيش أينما يكون وعيك مركزا . " إن كنت تفكر فكرة غير مُحِبة أو فكرة مجردة من المحبة ، أنت تشعر بالألم . أنت وعيك ، وأنت تشعر بتأثيرات حيثما يكون وعيك مركزا . أنت لا تريد الألم . لذلك ، اختر أن تسلم أفكارك غير المُحِبة إلى النور ."

أنا دائما فكرت أن ظروفي الخارجية تؤثر في سعادتي . الملائكة أصرت أنه باتجاه عكسي ، وأن أفكاري تلون عالمي . لقد أخبروني أن سعادتي لا تتوقف على ما أملكه ، بل عوضا على ما أفكر به .

- نقي وطهر دوافعك وحوافزك . أعطي دوافعك وحوافزك لله والملائكة و اسألهم أن ينقوها ويطهروها . يمكنك فعل ذلك ببساطة بأن تسأل الله أن يساعدك . قل ، " يا إلهي ، إني أعطيك حوافزي ودوافعي وأسألك المساعدة في تنقيتها وتطهيرها لكي تكون كل حوافزي ودوافعي مصطفة مع الحق والمحبة " . في الحال ، ستشعر بإحساس قوي بالارتياح ، حالما تعيد المحبة تنظيم أفكارك ومشاعرك . إحساس عميق بالوئام سيتبع ذلك .

- نقي وطهر أفعالك . قبل أن تقوم بفعل أي شيء ، اسأل ذاتك العليا ، الله ، والملائكة أن يقوموا بإرشادك وتوجيهك . اعلم أن هذا الإرشاد الإلهي سوف يوجه أفعالك من خلال القوة الحقيقية للمحبة . بهذه الطريقة ، أنت مطمئن من أنك على الدوام ستعوم في بحر من المعجزات التي سوف تذهلك بشدة بجمالها . دائما ستكون في المكان المناسب في الوقت المناسب .

- نقي وطهر منزلك . البيئة تمتص الطاقة السلبية ، التي تأتي من مصادر متعددة مبنية على الخوف . كل شيء مشوب بالخوف موجود في منزلك – الجرائد – المجلات – البريد – برامج التلفزيون – مقابلات المذياع – المشاحنات بين أفراد العائلة ، أو أفكار مشحونة بالخوف للسكان السابقين لمنزلك – بإمكانها إحضار طاقة مظلمة قاتمة إلى محيطك .

يتعين عليك أن تنقي منزلك ، مكتبك ، أو أي محيط أنت تتردد عليه . التنقية تتيح للنور أن يدور وينتشر بحرية ويرفع طاقة بيئتك إلى أعلى مستوى ممكن . بعض الطرق لتنقية منزلك تشمل طلاء الجدران ، تنظيف السجاد بالشامبو أو فرش المنزل بسجاد جديد ، وضع سلطانية بها كحول الآيزوبروبيل في كل غرفة من غرف المنزل على الأقل لمدة أربعا وعشرين ساعة ، وضع بلورات من الكوارتز الشفاف في ضوء الشمس لمدة أربع ساعات (لتنقيتها من الطاقة السلبية) ثم وضع البلورات في غرف المنزل ، أو تبخير غرف المنزل بالبخور أو نبات المريمية .

ومع ذلك ، ربما أن أفضل طريقة لتنقية أي محيط هي بمناداة الملائكة . ذهنيا اسأل ميكائيل وفريقه الذي يسمى عصبة الرحمة أن يدوروا وينتشروا في المنطقة ويسحبوا كل الطاقة المظلمة أو الأرواح الأرضية . قد تكون قادرا على رؤية ميكائيل من خلال بصرك الروحي الصافي . إن حدث ذلك ، سوف تراه يقود الملائكة الأخرى في حشد ، جامعين كل أشكال الطاقة السلبية غير البناءة التي قد تتداخل وتتعارض مع اتصالك الإلهي وأسلوب حياتك البهيج .

- نقي وطهر علاقاتك . على الرغم من أنك بدون شك قد لاقيت وعانيت آلاما في علاقاتك ، لديك الخيار لتداوي وتشفي العواطف والمشاعر المتخلفة لتتخلص من أي ثقل أو ظلمة . هذا جزء مهم من عمل التنقية الذي سيساعدك على التحدث بسهولة مع ملائكتك الحارسة . سواء كنت تحمل ألما قديما من أيام الطفولة ، المراهقة ، أو ماض قريب ، بإمكانك تحرير وإطلاق السلبية التي تعيق سبيلك .

الملائكة أولا تذكرك أن كل شعور سلبي تحمله تجاه شخص آخر له تأثير ارتدادي عليك . إنه من المستحيل أن تصدر حكما أو تلوم شخصا آخر ولا تشعر بألم عاطفي . بقدر ما نرغب بأن نرى أنفسنا منفصلين عن شخص نعتبره " سيء " ، في النهاية انفصال كهذا هو مستحيل . نحن متحدون مع بعضنا الآخر – للأبد . هذا لماذا أنت تشعر بالكآبة عندما تصبح غاضبا من شخص آخر . الغضب الذي ترسله للخارج يعمل كحزمة من شعاع الليزر موجهة إلى مرآة ، وهي في الحال ترتد وتضربك .

الناس الآخرون هم مرآتنا ! عندما تتحدث الملائكة عن أهمية المغفرة والعفو ، فإنهم لا يريدونك أن تغفر لأجل المبادئ الأخلاقية . إنهم يعرفون أن إصدار الأحكام ، اللوم ، والغضب هي أثقال وأعباء على عاتق روحك . إنهم يسألونك أن تخلص نفسك من هذا العبء ، وهذا هو التعريف الحقيقي للمغفرة ، إنها تعني تحرير نفسك .

- نقي وطهر جدول أعمالك . نحن أحيانا نؤجل النمو الروحي بخلق جدول عمل مزدحم . الانشغال يضمن ألا يكون لدينا وقت لنستكشف الذات الباطنية . لذلك السبب ، الملائكة تسألنا أن ننقي جدول أعمالنا بالتخلي عن الأنشطة غير الضرورية أو الزائدة عن الحاجة .

قد ترغب بالقيام بجرد لمدة يومين وتكتب كيف أنت تقضي وقتك . ثم أنظر لمناطق الوقت المضيع سدى . نحن لا نقصد أوقات الاسترخاء ، طالما أن الملائكة بالتأكيد تعتقد أن الاستراحة هي نشاط ذو قيمة . عوضا ، ابحث عن اللحظات التي تكون فيها مشغولا ، بلا نتائج ذات معنى . هذه هي الأنشطة التي أنت تنهمك فيها من باب العادة أو الخوف . حالما تتعرف على مضيعات وقتك المعتادة ، فمن المرجح لك أن تنتقل بسهولة لعادات صحية أكثر .

من ناحية أخرى ، إن كنت تبقي نفسك مشغولا بسبب الخوف ، فإنك قد تقاوم إرشاد الملائكة وتوجيهها لك بإعادة بناء الطريقة التي تقضي بها وقتك . برغم كل شيء ، حينما تكون منشغلا على الدوام ، لن يتبقى وقت لتفكر في هدفك في الحياة ، و ذاتك الحقيقية ، والله . فوق ذلك ، هذه مساعي مهمة للغاية ، أليس كذلك ؟ برغم كل شيء ، لا شيء أكثر أهمية من إنجاز المهمة المقدسة التي ولدت لأجلها .

الملائكة تنصحك بشدة بأن تقضي وقتا لوحدك في الطبيعة كثيرا قدر المستطاع . اجعل هذا أحد أبرز أولوياتك . التأثير الشفائي للطبيعة ، مجتمعا مع قضاء وقت لوحدك ، يمنحك الفرصة المثالية لتسمع بحق ذاتك الحقيقية ، والله ، والملائكة وهي تخاطبك . ملائكة الطبيعة سوف تهدئك وتريحك . في هذا الوسط الطبيعي ، بسهولة سوف تقيم حديثا صادقا مع ذاتك والعالم الروحاني السماوي .

- نقي وطهر جسدك . إن نوديت لكي تكون وسيطا للملائكة ، بدون شك أنك قد تلقيت إرشادا باطنيا حول موضوع غذائك وأسلوب حياتك . هذا الإرشاد يحثك بأن تحذف السكر ، المنبهات ، اللحوم ، الكحول ، منتجات الألبان ، أو أطعمة أخرى من غذائك . هذه رسائل حقيقية فعلا ، أرسلت لك من السماء .

نصائحهم الغذائية هي جزء من الإجابة على دعائك و صلواتك التي سألت فيها المساعدة في سماع صوت الله والملائكة . السبب الذي لأجله تتدخل الملائكة في غذائك هو أن جسدك يجري إعداده للتناغم من جديد . تردد ذبذبات الملائكة يكون عند مستوى عالي ورقيق للغاية ، بحيث أن جسدك ينبغي أن يناغم من جديد قبل أن تستطيع سماعهم . هذا مشابه لدوزنة أوتار البيانو ، بحيث عندما تضرب أصابع الموسيقِي على مفاتيح البيانو ، يصدر البيانو موسيقى متناغمة .

الله يدعوك لأن تكون ناقلا لرسائل الملائكة . جهازك العصبي فقط يستطيع أن يمسك بذبذبات الملائكة إن كان جسدك يتذبذب عند مستوى عال بشكل كاف . تغذية ضئيلة من حيث القيمة الغذائية تخلق شواشا على خطوط الاتصال الملائكي ، لذلك تطلب منك الملائكة أن تنقي جسدك . قد تتلقى اقتراحات الملائكة الغذائية بطرق عديدة : كأحاسيس باطنية أو حدس ، مثلا " عن طريق الصدفة " تلتقي بأخصائي تغذية أو تنجذب إلى كتاب تغذية نباتية ، أو سماع صوت باطني ، أو رؤية رؤى عن الطعام .

تقول الملائكة أن كل الأطعمة لها رسائل داخلية وأن هذه الرسائل تؤثر بنا ، لفترة طويلة بعد هضم الطعام . حالما تناغِم جسدك لتردد أعلى وأعلى ، فإن الملائكة ستطلب منك أن تتناول أغذية كاملة طبيعية .

عادة الملائكة أولا ستطلب منك استبعاد اللحوم الحمراء . بعدها ، سيطلبون منك حذف الدجاج والديك الرومي ، وبعده السمك . اللحوم الحيوانية تتعارض مع الاتصال السماوي لأنها تحمل طاقة الألم التي تكبدها الحيوان خلال حياته وموته .

طاقة الألم لها أدنى وأكثف تردد على الإطلاق ، وإن تناولت طعاما مشحونا بالألم ، فإن جهازك العصبي لن يستطيع بلوغ أعلى تردد ممكن له .

تقول دورين ، أولا عندما سألت الله والملائكة عن طرق متقدمة لأزيد قدرتي على فهم الإرشاد الإلهي الموجه لي ، تسلمت رؤى للحم دجاج كرد على سؤالي .
استمريت في رفض الرؤية على أساس أنها من نتاج خيالي ، طالما أنها لم تعني لي أي شيء يمكن فهمه . في النهاية ، سألت الله عن تقديم إيضاح للأمر ، " لماذا تريني باستمرار لحم دجاج كلما سألت كيف يمكنني أن أزيد نقاء قنوات الاتصال الإلهي لدي ؟"

الإجابة التي استلمتها عن طريق السمع الصافي أذهلتني . لقد سمعت ، " توقفي عن أكل الدجاج . عندما تأكلين الدجاج ، أنت تمتصين الألم الذي شعر به عند قتله .
طاقة الألم هذه تعترض إدراكك للإرشاد الإلهي .

عندما توقفت عن أكل الدجاج ، بصري الروحي الصافي تغير تماما ، من كونه معادلا لشاشة تلفزيون أبيض وأسود بحجم 12 بوصة ، إلى تلفزيون ملون عريض الشاشة .

بعد ذلك ، ربما الملائكة ستنصحك بأن تتوقف عن تناول المنبهات مثل الكافيين ، السكر ، الشوكولاته ، وأعشاب محددة . قد يطلبوا منك أن تتوقف عن تناول جميع المنبهات كليا ، أو قد يرشدوك نحو توقف تدريجي . إنهم أيضا سيحذفون المواد الكيميائية المغيرة للمزاج ، كالكحول والنيكوتين .

بعد ذلك ، قد ترشدك الملائكة للتوقف عن بعض أو كل منتجات الألبان ، حيث أن هذه الأطعمة قد تسد قنوات تفكيرنا وشعورنا . إن حدث ذلك ، إما أنك ستتلقى إرشادا يرسلك إلى اختصاصي تغذية جيد أو كتاب تغذية ، أو ستطلب منك الملائكة أن تتناول بدائل اللحم النباتية كالتوفو أو المكسرات .

حالما تنقي جسدك أكثر وأكثر ، فإنك ستنجذب بشكل طبيعي إلى تغذية غنية بالمنتجات العضوية الطازجة ، و أطعمة مخبوزة محضرة مع الحبوب المبرعمة .
تغييراتك الغذائية لن تبدو كحرمان ، لكن ، عوضا عن ذلك ، ستبدو مترسخة بالمحبة والبهجة .

تنقية علاقتك مع الله

أحيانا يصبح الناس نافرين من الله . ربما أنهم عانوا من خيبة أمل كبيرة ويعتقدون أن الله قد خذلهم . أو ربما أنهم قد عانوا آلاما على أيدي أعضاء جماعة دينية . كثيرا ما ، النفور من الله يتأصل من التشوش حول الروحانية ، الدين ، وطبيعة الله والإنسان .

من الصعب سماع صوت الله والملائكة عندما تشعر أنك تعامل بلا ود وفتور من جانب الله . من ناحية أخرى ، طالما أن ذاتنا العليا أبديا متحدة مع خالقها في السماء ، فنحن لا نستطيع كليا أن نحل أنفسنا من التفكير بالله . في أعماقنا ، نحن نتوق لأن ننعم برفاهية الإتحاد الكامل مع الملائكة والله .

هل تتساءل أحيانا ما إذا كان الله يحب الناس الآخرين أكثر منك ؟ هل يبدو أن الآخرين يتلقون اهتماما وجوائز أكثر منك ؟ هل عانيت من خسارة جعلتك تشك بدوافع وحوافز الله ؟ هل تربيت على الخوف من الله ؟

الله والملائكة يعرفون تماما كيف تشعر . إنهم يعرفون ، لأن مشاعرك وأفكارك مرئية بوضوح في العالم الروحي . كل خيبات أملك ، آلامك ، ومخاوفك تومض كلافتات نيونية عملاقة حولك .

الملائكة بحق ترغب بأن تساعدك لتحوز من جديد على بهجة محبة الله . إنهم يطلبون منك أن تكون راغبا بتسليم كامل الموقف لهم لإصلاحه . أخبر الله والملائكة عن كل همومك ، وقلقك ، ومخاوفك . لا تخف – لا يوجد أية آثار تالية للصدق ، خصوصا ما داموا مسبقا مدركين لكل شيء سوف تقوله . بوجه عام ، ناصريك السماويين يسألونك أن تخرج مشاعرك من صدرك .

بعد أن تسوي أمورك مع الله والملائكة حول كل إحباطاتك ، خيباتك أملك ، ومخاوفك ، سوف يسألونك إن كنت ترغب باستبدال أفكارك المؤلمة بمجموعة معتقدات وأفكار أكثر وئاما وطمأنينة . إن توافق ، عندئذ ، الملائكة في الحال ستبدأ بمداواة وشفاء علاقتك مع الله والسماء . بإعجاز ، ستجد أن أفكارك ومشاعرك تتحول وتنتقل إلى منظور جديد .

هذا الشفاء سيكون على مستوى عميق جدا . أولا ، ما دامت ذاتك العليا متحدة مع الله ، ستجد أن علاقتك مع الله بعد أن شفيت و التئمت تمتد وتتسع لعلاقة أفضل مع ذاتك . ستشعر بسعادة أكثر تجاه من تكون أنت ، لأنك حقيقة ستحب نفسك عندما تحب الله . ثانيا ، ما دامت كل الملائكة والمخلوقات الأرضية متحدة مع الله ، فسوف تشعر بمحبة أكبر، وارتباط أعمق مع ، الآخرين .

أيًا كان ما تحتاج مساعدة فيه ، أيا كان ما تعتقد هي عقباتك أو عجزك ، فإن الملائكة لديها حل ينتظرك الآن حالا . فقط اسألهم .

تنظيف الشاكرات

تقريبا كل يوم يكون لدينا أفكار مبنية على الخوف . أحيانا نحن نواجه ناس أو مواقف توحي بخوف من نوع ما . وبناءً على ذلك ، نحن قد نمتص طاقة ناشئة عن الخوف داخل شاكراتنا . لهذا السبب ، إنها فكرة جيدة أن تنظف شاكراتك كل يوم . تماما كما

تستحم وتغسل وجهك يوميا . أيضا جسمك المكون من الطاقة يستفيد من التنظيف المستمر . تنظيف الشاكرات يتضمن خطوتين :

- الإزالة : تخليص شاكراتنا من صور الأفكار السلبية والحبال الأثيرية ؛ و
- الموازنة : تكبير الشاكرات بحيث تكون جميعها بنفس الحجم .

الشاكرات يتقلص حجمها عندما نحتفظ بأفكار ناشئة عن الخوف حول الأمور التي لها علاقة بالشاكرا المتقلصة . إنها تكبر في الحجم بدرجة غير متناسبة مع الشاكرات الأخرى عندما يكون لدينا هواجس (أفكار تستبد بنا على نحو مقلق غير سوي) تتعلق بشاكرا معينة . على سبيل المثال ، المخاوف تجاه المال ستخلق شاكرا قاعدة متقلصة . هواجس تتعلق بامتلاك المال ستخلق شاكرا قاعدة كبيرة بدرجة غير متناسبة مع الشاكرات الأخرى .

لا يوجد أي خطأ في امتلاك شاكرا كبيرة ؛ في الحقيقة ، إنها صحية . نحن فقط نحتاج أن نبقي شاكراتنا كبيرة بدرجة متساوية لكي تتدفق الطاقة من خلالها دون إعاقة وانقطاع .

شاكرات غير نظيفة أو غير متوازنة تسبب الشعور بالكسل ، التعب ، وعوائق واضحة لإبداع الشخص . شاكرات نظيفة ومتوازنة تفتح تدفق الطاقة ، والأفكار الجديدة ، والترتيبات التزامنية الرائعة للأحداث .

يوجد الكثير من الطرق لتنظيف الشاكرات ، وأنا أشعر بالامتنان لتوفر الخيارات الكثيرة جدا لنا . إنه شيء ممتع أن نكون قادرين على تغيير وتنويع روتين تنظيف شاكراتنا . إن كنت مستعجلة ، فسوف أستخدم الطرق القصيرة ، وأحتفظ بالطرق الشاملة و المطولة للأوقات التي يكون فيها لدي جدول مفتوح .

تنظيف الشاكرات بمساعدة الملائكة

تأمل دلاء الملائكة

هذا تأمل رائع لتستخدمه أي وقت تشعر فيه بالقلق تجاه أي تحديات أو مصاعب في الحياة .

ابدأ بأخذ نفس عميق . في مخيلتك ، تخيل أن الملائكة قد وضعت دلوا كبيرا أمامك . الملائكة تقف بجوار الدلو ، وهي تطلب منك أن تضع أي شيء يضايقك بداخل الدلو .

تصور واشعر بنفسك تضع أية مخاوف قد تكون لديك تجاه المال ، المهنة ، المنزل ، أو الممتلكات في الدلو . ثم ، ضع أية هموم لديك تجاه جسدك أو صحتك في الدلو . بعد

ذلك ، ضع أية نزاعات لديك مع أي أحد في الدلو . اتبع هذا بأية مشاعر بالألم أو الاستياء قد كانت لديك في أية علاقة .

ثم ، ضع أي شعور بالذنب أو اتهام الذات في الدلو . ضع كل شيء بالدلو . ثم ، ضع أية مخاوف قد تكون لديك تجاه أهدافك في الدلو . ضع أي خوف من الفشل ، أو من النجاح ، في الدلو . ضع أية مخاوف بأنك " دجال تام " في الدلو . اتبع ذلك بأية مخاوف قد تكون لديك تجاه المستقبل . ثم ، خذ أية مشاعر بالاستياء أو الغضب قد تكون لديك تجاه أعضاء جماعة دينية إلى الدلو . بعد ذلك ، ضع أية مقاومة قد شعرت بها تجاه الله في الدلو .

إن كان يوجد أي شيء آخر يضايقك ، أرجوك ضعه في الدلو الآن . لاحظ كيف أصبحت روحك وجسدك خفيفين .

راقب الملائكة وهي تبتسم لك وهي تطير بعيدا حاملة الدلو . إنهم يأخذون كل همومك إلى المصدر السماوي لكل الإبداع والذكاء المطلق . هنا ، كل تحدياتك ومصاعبك قد حلت بشكل تام . كل شيء قد سوي بطريقة في صالح كلا الطرفين ، وأنت تستلم حلول مثالية بسهولة وانسجام . توجه بالشكر لله والملائكة على هذه المساعدة . اقبل مساعدتهم الآن ، مدركا أنك تستحقها . اعلم أنك عندما تشفي نفسك ، أيضا ، أنت تشفي العالم .

الحبال الأثيرية

الشاكرات في أحوال كثيرة يكون لها " حبال أثيرية " ناتئة منها . هذه الحبال ، التي تبدو كأنابيب جراحية ، تمتد إلى شاكرات الناس الآخرين الذين تربطنا معهم علاقات . الحبال الأثيرية في أغلب الأحيان تمتد إلى إخوتنا ، يليهم (بترتيب متدرج حسب أغلب ما قد وجد) الأب ، الأم ، الزوج أو الزوجة السابقة ، الزوج أو الزوجة الحالية ، منزلنا ، أطفالنا ، أصدقاؤنا المقربين .

الخوف ضمن نطاق علاقاتنا يشكل هذه الحبال . الخوف قد تكون له سمة مثل تبعية مشتركة ، ارتباط ، الخوف من الهجر ، أو عدم المغفرة . الحبال الأثيرية تعمل مثل خرطوم ، حيث الطاقة توجه جيئة وذهابا بين كلا الشخصين . هنا تقع المشكلة .

إن كان الشخص الذي أنت مرتبط به يواجه تحدٍ في الحياة ، فإن هذا الشخص سوف يسحب طاقة منك . هو أو هي سوف تسحب إمداداتك من الطاقة من خلال الحبل الأثيري .عندئذ سوف تشعر أنك استنزفت ، دون أن تعرف لماذا .

في أحوال كثيرة ، الناس الذين كانت لك معهم علاقات جنسية يرتبطون بشاكرتك العجزية . الناس الذين حدث بينك وبينهم نزاعات يرتبطون بشاكرا الضفيرة الشمسية . وأولئك الذين قد حزنت على فراقهم يرتبطون بشاكرا القلب .

أولئك الذين كان بينك وبينهم علاقات مؤلمة ، أو علاقات حيث أنت حملت كل العبء ، يرتبطون بكتفيك . هذا ، حسب تجربتي ، السبب الأصلي لألم الكتف والعنق .

عميلة لدي اشتكت من تحديات حياتية متزايدة في شؤونها المالية ، الصحية ، والغرامية . أنا في الحال رأيت أن لديها الكثير من الحبال الأثيرية الكبيرة تمتد من ظهرها وكتفيها . لقد أدركت بأن الحبال كانت مرتبطة بوالدها المتوفى ، الذي كانت تربطها به علاقة مثيرة للنزاع .

لقد طلبت منها أن تكون راغبة بأن تغفر لأبيها بينما نحن نقطع الحبال . في نفس الوقت ، طلبت من والدها أن يكون راغبا بأن يغفر لنفسه ، طالما أنه كان نادما على علاقته السابقة بابنته . حينما كان كلا الشخصين راغبين تماما بأن يغفرا ، انفصلت الحبال . عميلتي أبلغتني بتحسن في كل نواحي حياتها مباشرة بعد جلستنا .

عندما نكون مرتبطين بمنزلنا أو منطقتنا الجغرافية ، فإن حبالا أثيرية تمتد من أسفل أقدامنا ، إلى الأرض .

مؤخرا ، عملت مع عميلة قالت أنها ترغب بأن تنتقل . من ناحية أخرى ، لقد اشتكت من أنه لم يشتري أحد منزلها . لقد رأيت أن لديها الكثير من الحبال الأثيرية تمتد من أسفل قدميها إلى أساس المنزل .

لقد شرحت لعميلتي أن ارتباطها بالمنزل كان يعيق بيعه . بإذن منها ، قطعنا الحبال . بعد مرور يومين ، بيع منزلها بالسعر الذي طلبته تماما .

قطع الحبال لا يعني " أنا لم أعد أحبك أو أهتم بك بعد الآن ." قطع الحبال ليس بالضرورة يؤدي إلى قطع العلاقات أو علاقات مهجورة . إنه ببساطة يعني أنك تحرر وتتخلى عن الأجزاء التي بها اختلال وظيفي من علاقاتك .

تذكر ، الخوف هو مضاد للحب ، و الحبال الأثيرية تخلق من الخوف .

بعض الناس يخافون من أنهم قد يقطعون الحبال لأجزاء أرواحهم – هذه هي الأجزاء من ذاتهم التي تجزأت وانشقت أثناء حوادث مؤلمة . هذا لا يمكن أن يحدث عندما تكون لديك النية فقط لقطع الحبال التي تمنعك من الإحساس بالمتعة والطاقة الكاملة . حبال أجزاء روحك سوف تبقى غير مقطوعة عندما تكون لديك النية بعدم قطعها .

أو ، بإمكانك أن تنادي أجزاء روحك بأن تعود وتعيد توحيد ذاتك بأن تتخيل وابل من النور الأبيض يحيط بجسدك . ذهنيا اطلب من كل أجزاء ذاتك بأن تتحد وتندمج تماما مع ذاتك الحقيقية . أنت ربما ترى ذوات صغيرة تثب وتتجه ناحيتك ، مثل كينونات صغيرة مربوطة بحبال لعبة القفز تقفز باتجاهك . أجزاء الروح الصغيرة هذه soul fragments سوف تكون قد شفيت من كل رواسب وبقايا الخوف أو الألم عندما يدخلون جسدك من جديد من خلال وابل النور الأبيض .

قطع الحبال الأثيرية

يوجد طريقتين رئيسيتين لقطع الحبال الأثيرية . أسرع وأبسط طريقة هي بأن تنادي ذهنيا على الملاك الرئيسي ميكائيل بأن يأتي إلى جانبك ويزيل كل الحبال التي تستنزفك . الدور الرئيسي لميكائيل هو إزالة كل الطاقة المظلمة .

سوف تلاحظ ازدياد فوري في الطاقة والطمأنينة عندما تطلب من ميكائيل بأن يقطع حبالك .

الطريقة الثانية هي أن تقطع الحبال الأثيرية بنفسك ، أو أن تطلب من صديق أو معالج أن يفعل ذلك لك . إن فعلت ذلك بنفسك ، ببساطة تخيل أنك ممسك بمقص ، أو سكين ، أو سيف . تصور أو اشعر بنفسك تقطع الحبال الأثيرية . بإمكانك إما أن تفكر في شخص أنت تعرف أنك مرتبط به ومن ثم انوي على قطع الحبل ، أو بإمكانك أن تنوي على قطع جميع حبالك .

الإحساس بقطع حبالك ، أو حبال شخص آخر ، هو أمر ملموس . بإمكانك أن تشعر بسماكة و كثافة الأنابيب عندما تقطعها بأداتك الحادة . إن كان يوجد أية مقاومة لقطع الحبل ، فهذا يشير إلى خوف أو عدم مغفرة لم يتم التخلص منه تحمله تجاه الشخص الذي يرتبط به الحبل . هذه عبارة توكيدية للشفاء من هذه المقاومة : " أنا راغب في التخلص من كل الخوف وعدم المغفرة لكي أعيش بأمان عوضا عن الألم ."

تنظيف الشاكرات بمساعدة الملاك الرئيسي رافاييل

رافاييل هو الملاك الرئيسي المسئول عن الشفاء . هو ينشر وهجا أخضرا زمرديا جميلا ، الذي يزود بطاقة شفائية . بإمكانك أن تدعو رافاييل بأن يدخل جسدك وينظف شاكراتك من كل رواسب وبقايا الخوف . رافاييل سوف يدوّر نوره الأخضر الشافي حول كل شاكرا ويساعدك على التخلص من كل القلق ، الشعور بالذنب ، أو الضغط النفسي المتعلق بكل شاكرا .

ببساطة فكر أو قل ، " رافاييل ، أرجوك أن تدخل جسدي وتزيل أية اختلال بالتوازن أو أية طاقة سلبية الآن ،" ويكون الأمر قد تم . يمكنك أيضا أن تطلب من رافاييل أن يزور شخصا عزيزا عليك . الملائكة لن تتعدى على مشيئة الله أبدا ، أو حرية إرادة الشخص ، لذلك ابتهالك للملائكة لصالح شخص آخر هو هدية خالصة من المحبة من الله ، والملائكة ، ومنك .

تنظيف الشاكرات بالبلورات

البلورات Crystals (أي الأحجار الكريمة وشبه الكريمة) هي أدوات قوية للتغيير والشفاء . البلورات التي تماثل لون الشاكرات هي بصورة خاصة فعالة في تنظيف الشاكرات . استلقي وضع البلورات فوق مكان كل شاكرا على الجسم . هذه أسماء بلورات مقترحة لكل شاكرا :

شاكرا القاعدة : عين النمر الأحمر ، اليشب الأحمر (الجاسبر الأحمر) red jasper ، البجادي (الغارنيت) garnet ، والياقوت الأحمر .

الشاكرا العجزية : العقيق الأحمر (الكارنيليان) carnelian ، الهيماتيت (حجر الدم) .

شاكرا الضفيرة الشمسية : السيترين ، الأفنتورين الأصفر ، التوباز الأصفر ، الكهرمان واليشب الأصفر yellow jasper .

شاكرا القلب : الكوارتز الوردي ، الرودوكروزيت ، الأفنتورين ، الزمرد ، التورمالين الأخضر والوردي .

شاكرا الحنجرة : العقيق ذو الخطوط الزرقاء Blue lace agate ، التوباز الأزرق ، الزبرجد (الأكوامارين) ، الفيروز .

شاكرات الأذنين : التورمالين الوردي .

العين الثالثة : الكوارتز الشفاف ، حجر القمر ، الزفير .

شاكرا التاج : السوغاليت ، الجمشت .

اشعر بذبذبات البلورات الرقيقة وهي تفكك أي طاقة خوف متقسية من الشاكرا . إن تتنفس بعمق وتتناغم ، قد تحس بذبذبات البلورات .

يمكنك أيضا وضع بلورة تحت وسادتك ، أو على المنضدة الصغيرة بجوار فراشك ، أو تحت سريرك ، وأتح لشاكراتك بأن تتنظف أثناء نومك .

بعض المعالجين ينصحون بالاستحمام في حوض استحمام توضع البلورات في مائه . معالجون آخرون ينصحون بشرب بلورات مطحونة بدرجة ناعمة أو مسحوق أحجار كريمة مخلوط بماء مقطر .

قصص مع الملائكة

هل رأيت ملاكا ولو مرة في حياتك ؟ كثير من الناس حدث لهم ذلك . القصص التالية ستعرض عليك روايات ناس رأوا رؤى ملائكية .

الرؤى الملائكية هي تجربة رؤية العالم السماوي ، أو ذاك الذي يعتبر عادة غير منظور . يوجد مجموعة متنوعة من الرؤى الملائكية . بعض الناس في الحقيقة يرون الملائكة كما صورت في الصور الزيتية لعصر النهضة الأوروبية ، كاملة مع أجنحة . ناس آخرين رأوا شبح شخص متوفى عزيز عليهم . بالنسبة لآخرين ، الرؤى الملائكية تأتي أثناء الحلم ، ومع ذلك يكون الحلم عميقا ، حيا على نحو خاص ، و كثيرا ما يكون نبوئيا . ناس آخرين يرون عيسى المسيح ، مريم ،أو قديسا .

الرؤى الملائكية أيضا تشمل مقابلات بالغة الأهمية مع غرباء مساعدين ، قد يقوموا بمساعدتك أو تسليمك رسالة مهمة ثم يختفوا دون ترك أثر . الرؤى الملائكية لبعض الناس تحدث عندما يرون علامات من السماء ، يشمل ذلك أنوارا ، ووميضا ، وألوانا لا يمكن تفسيرها .

تقول دورين ، أنا كطبيبة نفسية ، كنت قدُ دربت على الاعتقاد أنه عندما يرى الناس شيئا غير موجود ، فهذا يمثل هلوسة بصرية . في الحقيقة ، لقد عملت سريريا مع كثير من الناس الذين شخصوا على أنهم مصابين بانفصام الشخصية الذين قد أخبروني أنهم كانوا يرون أشياء وناس لا أستطيع رؤيتهم . أستطيع فقط أن أخمن كم من مرضاي كانوا يرون ما هو غير منظور ويلاقون رؤى ملائكية ، الذين نحن المعالجين النفسيين على نحو خاطئ أشرنا عليها بأنها هلوسة .

كثير من الرؤى الملائكية تحدث للأطفال ، الأمر الذي لا يشكل أية مفاجأة . برغم كل شيء ، الأطفال أقل نزوعا إلى الشك وأقل انشغالا بالأمور الدنيوية ، وهما العاملان اللذان أعتقد أنهما يعرقلان ويعيقان الرؤى الملائكية . دراسة أجراها الدكتور وليام ماكدونالد من جامعة أوهايو عام 1995 توصلت إلى أن الأطفال إحصائيا على الأرجح أن يظهروا مقدرات على الاستبصار والتخاطر بشكل أكبر من الأشخاص البالغين .

أنا أتذكر رؤيتي لأنوار متلألئة عندما كنت طفلة ، وشعوري بالارتياح لوجودها . رؤية ما أعرفه الآن على أنه " أثر الملائكة" angel trails أو الوميض الكهربائي الذي يشع من الملائكة المتحركة ، كان مستمرا طوال حياتي . لقد عرفت دائما ، أنه حينما رأيت وميض النور الساطع ، هذا كان علامة مؤاتية تؤيد خياراتي الحالية . من ناحية أخرى ، لم أتكلم عن هذه الحوادث إلا مؤخرا . الآن وقد خرجت عن سريتي في ما يتعلق برؤياي الملائكية ، أجد أن آلافا من الناس البالغين الأذكياء ، سليمي التفكير ، والعاقلين أيضا يرون أثر الملائكة .

ما بين 72 و85 بالمائة من الأمريكيين يؤمنون بوجود الملائكة ، طبقا لاستطلاعات عديدة . استطلاع أجري مؤخرا وجد أن أكثر من 32 بالمائة من الأمريكيين قالوا أنهم قابلوا ملاكا . ثلث الناس الذين شاركوا في استطلاع لمجلة skeptic قالوا أنهم رأوا كائنا سماويا .

ثمانين بالمائة من الناس يؤمنون بالمعجزات ، وثلث قد شهدوا حدوث معجزات ،طبقا لاستطلاع قام به تلفزيون سي بي اس عام 1999 . وبناءً على ذلك يمكننا الاستنتاج أنه

أمر طبيعي أن نؤمن بالملائكة والمعجزات ، وأن رؤية ملاك هو نسبيا تجربة اعتيادية شائعة !

لكن هل كل هؤلاء الناس يتحدثون عن نفس الشيء حينما يقولون أنهم يؤمنون بالملائكة ؟ كل واحد على ما يبدو له تعريفه الشخصي للملاك . عندما أتحدث عن الملائكة ، أنا عادة أشير لأحد في عالم الأرواح ، مثل شخص عزيز متوفى ، ملاك ذي أجنحة ، عيسى المسيح أو قديسا .

فوق كل ذلك ، الملائكة أيضا تظهر على الأرض . كثير من القصص في كتاب Angel Visions تتضمن مقابلة شخص حقيقي غير شفاف يقدم المساعدة أو يسلم رسالة في الوقت المناسب . هذا الشخص يختفي في ما بعد على نحو غامض كما ظهر أولا .

من وجهة نظر تعبيرية محضة ، كلمة ملاك تشير إلى كائن روحي غير مجسم له أجنحة . الملائكة هي رسل أرسلت لنا من عند الله لتقديم المساعدة ، الإرشاد ، الدعم ، والحماية . هذه الكائنات الملائكية أقر بوجودها في جميع الأديان الشرقية والغربية الرئيسية .

الأشخاص المتوفين العزيزين عليك عادة يسمون مرشدين روحيين لأنهم عاشوا حياة على الأرض كبشر . المعنى المتضمن هو ، طالما أننا عشنا كبشر غير معصوم عن الوقوع في الخطأ ، فنحن نكون أكثر كثافة وأقل تنورا من الناحية الروحية من الملائكة الذين لم يحيوا حياة على الأرض . بالطبع ، الحقيقة الروحية هي أننا جميعا متحدون مع الله والملائكة . كلنا نمثل خلق الله الذي أحسن صنعه . من ناحية أخرى ، في حلم الحياة هذا ، يبدو أن الملائكة أقل دنيوية في تفكيرهم ، وبناءً عليه فهم متمركزون أكثر في وعي و إدراك صاف من المحبة .

عيسى ، مريم ، القديسين ، والمعلمين الروحيين العظماء الآخرين عادة يسمون " الزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى جوار ربهم " ascended masters . إنهم يبقون مرتبطين إلى حد بعيد بسكان الأرض ، وكل من ينادي عليهم يمكنه الوصول إليهم ، بغض النظر عن المعتقد الديني لهذا الشخص .

تحكي دورين عن ذكرياتها فتقول ، مثل الناس الذين ستقرأ قصص رؤيتهم شبح شخص ميت ، أنا أيضا مررت بهذه التجربة ، أقصد أنني رأيت وتحدثت مع شخص عزيز علي متوفى . حدث ذلك عندما كنت في السابعة عشرة من عمري . جدي بن وجدتي بيرل قدما في زيارة لعائلتنا . لقد قطعا مسافة طويلة من منزلهما في كاليفورنيا إلى منزلنا في شمال سان دييغو .

في اليوم التالي غادر جدي وجدتي عائدين لمنزلهما بالسيارة . لقد كانت زيارة رائعة بالنسبة لنا جميعا . لكن قرابة الساعة السادسة مساءً رن صوت التلفون . لقد شاهدت

جسد والدي يرتجف بعنف ، وهو يصرخ ، " أو ، لا ! ". " لقد وقع حادث " أخبرنا والدي . " الجدة بيرل في المستشفى ، والجد بن توفي " .

أمي ، أبي ، وأخي بدا عليهم الدخول في اهتياج عصبي من الاضطراب العاطفي . كانوا بصوت عال يعترضون على الموقف ، يبكون ، ويعانقون بعضهم الآخر . لأهرب من كربي وألمي ، ذهبت إلى غرفة نومي المعتمة وأمسكت بغيتاري السمعي .

وأنا شاردة الذهن داعبت أوتار الغيتار بطريقة مرتجلة ، وأنا أحس بالذنب بشدة لأنني لم أكن أبكي على موت جدي . ليس لأنني لم أكن أحبه ، لكن مشاعري الأصلية كانت أن جدي بأمان ولا حاجة للشعور بالحزن .

فقط عندئذ ، نور أبيض مزرق مباشرة وراء قدم سريري جذب انتباهي . هناك ، كان جدي واقفا في وسط النور ! كان فجأة ثلاثي الأبعاد ، وبنصف حجمه الأصلي .

على الرغم من أني لا أتذكر أن جدي حرك شفتيه ، إلا أنه نقل أفكاره لي بنفس الصوت المعهود الذي كان دائما لديه . كلماته بطريقة ما تخاطريا نقلت إلى عقلي ، كانت " أنت على حق بأن تشعري على هذا النحو [مشيرا إلى هدوئي] . أنا بخير ." إحساسي بالذنب تلاشى ، كما أدركت أنه لا حاجة للحزن والأسى . جدي كان بخير .

كثير من القصص في كتاب Angel Visions في الفصلين اللذين يتحدثان عن رؤية شبح الموتى لها مواضيع متشابهة ، حيث شخص عزيز متوفى يخبر الشخص الحي ، " أنا بخير ، أرجوك لا تقلق علي ." في بعض القصص ستقرأ عن ناس ، مثلي أنا ، رأوا الشخص المتوفى العزيز عليهم وأعينهم مفتوحة ، بينما ناس رأوا الشخص المتوفى العزيز عليهم أثناء الحلم .

الباحثين في الأمور الخارقة للطبيعة يعرفون الأشباح بمزاياهم ، كمثل مقدرتهم على الظهور والاختفاء في الحال ، دون أي أثر للقدوم أو الذهاب . الأشباح أيضا تمر خلال الأشياء المجسمة ، الجدران ، والأبواب المغلقة . هم أيضا ينسلون أو يعومون ، أصح من يمشون .

استطلاعات في بريطانيا والولايات المتحدة أظهرت أن ما بين 10 و27 بالمائة من عامة الشعب قد مروا بتجربة مع شبح ، حيث رأوا وتفاعلوا مع شخص عزيز عليهم متوفى . حسب ما يقوله المؤلف ، القس ، واختصاصي علم الاجتماع أندرو غريلي ، قرابة ثلثي الأرامل مروا بتجربة مع شبح ، غالبا مع أزواجهم المتوفين .

بحث غريلي أظهر أن الاعتقاد بوجود حياة بعد الموت يتزايد ، وأن غالبية الناس الآن تؤمن ببقاء الروح .

هؤلاء الذين مروا بتجربة رؤية شبح يقولون أنه ليس من المهم ما إذا كان الناس الآخرين يصدقونهم . إنهم يعرفون أنهم حقيقة قابلوا الروح الحية لشخص عزيز ميت . من ناحية أخرى ، في أحيان كثيرة هم لا يخبرون الناس الآخرين عن تجربتهم لأنهم

يريدون أن يتفادوا السخرية والنزوع إلى الشك . فوق كل ذلك ، هؤلاء الذين مروا بتجربة رؤية شبح يجدون الراحة والسلوى برفقة المؤمنين المصدقين وأولئك الذين أيضا قابلوا شخصا عزيزا متوفى .

تقول دورين ، أعتقد أنه قد حان الوقت لنا لنخرج عن سريتنا تجاه الجوانب الروحية في حياتنا والبدء بصراحة بتبادل قصص تجاربنا مع الأشباح . فقط عندئذ بإمكاننا أن ندرك إلى أي مدى هي اعتيادية وشائعة . بإمكاننا أيضا أن نستفيد من الحكمة المُحِبة والهادية التي منحنا إياها الشخص العزيز المتوفى .

على الرغم من أن الناس الذين مروا بتجربة رؤية شبح يؤيدون صحة مقابلاتهم مع أعزائهم المتوفين ، إلا أن العلم يتطلب طرق إضافية للتحقق من صحة هذه الأحداث . يوجد طريقتين يختبر بهما العلماء التجربة هما بملاحظة متى ما استلم الشخص معلومات جديدة من الشخص العزيز الميت – على سبيل المثال ، إن شخصا عزيزا ميتا يخبرك بشكل صحيح عن حدث مستقبلي ، أو إن كنت قد أخبرت أن شخصا ما قد مات للتو – وكان ذلك شيئا لم تكن تعرفه حتى تلك اللحظة .

ثانيا ،الباحثون يبحثون عن تجارب رؤية أشباح جماعية ، حيث أكثر من شخص واحد في وقت واحد يرون نفس الشبح . تجارب جماعية كهذه أبلغ عنها مع رؤية شبح مريم العذراء لعقود من الزمان . في دراسة لمائتين وثلاثة وثمانون شخصا مروا بتجارب رؤية شبح ، شخصان أو أكثر رأوا وسمعوا نفس الشخص العزيز الميت في قرابة ثلث عدد الحالات . دراسة مشابهة وجدت أن 56 شخصا في قضايا رؤية أشباح تضمنت عدة أشخاص يرون شخصا عزيزا ميتا في وقت واحد .

رؤية الملائكة والأشخاص العزيزين المتوفين في الأحلام

تقول دورين ، هل مقابلة أثناء الحلم مع ملاك أو شخص عزيز متوفى أقل صحة ومصداقية من تجربة رؤية ملاك أثناء اليقظة ؟ أبحاثي و تجاربي الشخصية تظهر أن تجارب رؤية الملائكة أثناء اليقظة والنوم عميقة بشكل متساوي . على سبيل المثال ، جدتي بيرل أتتني في حلم بعد عامين من وفاتها . كانت حقيقية جدا ، واضحة جدا ، و مسموعة بوضوح . قالت جدتي كلمتان اثنتان فقط ، لا تزالان ترنان في أذناي :" ادرسي فيثاغورث."

معرفتي بفيثاغورث كانت محدودة على ما تعلمته في حصص علم الجبر في الثانوية ، لذلك لم أكن حتى متأكدة كيف أتهجى اسمه .

ثقة بجدتي ، بحثت في شبكة الانترنت ومحال بيع الكتب المتخصصة عن أية معلومات عن فيثاغورث . لقد علمت أن هذا الفيلسوف القديم كان نباتيا بالكامل ، وأنه كان وتلاميذ مدرسته يتقابلون في الكهوف لدراسة الخيمياء (الكيمياء القديمة) وأساليب الشفاء البديلة . من بين اكتشافاتهم النمط الترددي للآلات الموسيقية الوترية . بالتحديد ،

فيثاغورث لاحظ الصيغ الرياضية خلف النغمات والأوتار الموسيقية المختلفة . تردد كل نغمة اعتقد أن له خاصية علاجية محددة .

دراساته كانت مماثلة لدراسة معاني الأعداد السحرية أو التنجيمية التي قام بها المصريون القدماء ، الذين اخترعوا أنظمة كانت أساسا لبطاقات التارو التنبؤية Tarot oracle cards . لقد علمت أن كل بطاقة تارو قد وضع عليها رقم ، وأن كل رقم له معنى محدد . الاسم والرسم الفني الموجود على كل بطاقة أيضا له خصائص ترددية استثنائية . عندما يسأل شخص سؤالا ويسحب بطاقة تارو ، فإن الإيقاع الترددي لأفكاره وعواطفه أوتوماتيكيا سيجذب بطاقة تارو لها خصائص ترددية مماثلة . هذا يرمز له بالجذب المغنطيسي .

لأن جدتي بيرل حفزتني لدراسة فيثاغورث ، كانت النتيجة أني صنعت مجموعة من بطاقات الملائكة التنبؤية ، مماثلة لبطاقات التارو ، لكن بدون وجود بطاقات سلبية أو مرعبة ضمن المجموعة . البطاقات لها قوة حياة قائمة بذاتها ، بسبب الجذب المغنطيسي الذي دائما يجذب البطاقة الصحيحة لإجابة أسئلة الشخص .

هذا الحلم أيضا أدى إلى اهتمامي بدراسة معاني الأعداد السحرية أو التنجيمية . لقد علمت أن الملائكة في أحيان كثيرة يتحدثون إلينا بطريقة وكأنها وكزة لاسترعاء انتباهنا ، تماما في الوقت المناسب لكي نرى تسلسل رقمي معين على الساعة ، على لوحة السيارة ، وعلى اللافتات والأماكن الأخرى . لقد درست معاني التسلسلات الرقمية العديدة التي كثيرا ما يراها الناس ، من إرشاد ملائكتهم ، وكتبت فصلا عن التنبؤ بالأرقام في كتابي Healing with the Angels .

إحدى الخصائص التي تميز مجرد الأحلام من الأحلام النبوئية الحقيقية أن الأحلام النبوئية تنزع لأن تكون حية على نحو خاص .

هل هذا مجرد خيالي ؟

قد يتساءل الواحد عن الفرق بين الهلوسة وتجربة خارقة حقيقية . يقول الباحث دي جي ويست : الهلوسات المرضية تميل لأن تلتزم بأنماط صارمة ، أن تظهر تكرارا أثناء مرض واضح وليس في أوقات أخرى ، وأن تكون مترافقة مع أعراض أخرى وخصوصا مع اضطرابات في الوعي وفقد الإدراك للمحيط الطبيعي العادي. التجربة الخارقة الطبيعية في أكثر الأحيان هي حدث معزول غير مربوط بأي مرض أو اضطراب معروف ، وبالتأكيد ليس مترافق مع أي فقدان للاتصال بالمحيط الطبيعي العادي .

تقول دورين ، من خلال تجربتي السريرية مع المرضى ، الهلوسة – النوع الذي نعتقد أنه مرتبط بمرض عقلي – بوجه عام يتضمن مواضيع سلبية ، مرعبة ، متسمة بالمبالغة ، أو جنون الاضطهاد أو العظمة أو الارتياب .الشخص يعتقد أن السي آي أيه تتجسس عليه ، أو أن شخصا أو وكالة أو كائن ما في الخارج للنيل منه . أجل ، الناس

بالفعل قد يصبحون أهدافا للاضطهاد ، من ناحية أخرى ، نوع المقابلات مع الملائكة أو الأشباح الذي نستكشفه في هذا الكتاب كلها لها طابع مشترك واحد : الشخص المعني يتحسن من حيث المزاج ، وجهة النظر ، أو الصحة كنتيجة للتجربة الملائكية التي مر بها . هذه نتيجة نادرة ، أو حتى لم ُيسمع بها بالنسبة للهلوسة الحقيقية .

عقب الهلوسة ، أغلب الناس يشعرون بالتقلق وعدم الأمان ، وكأنما فقدوا سيطرتهم على الواقع . عقب تجربة ملائكية حقيقية ، يشعر الناس بأنهم محبوبين ، آمنين ، وأعقل من أي وقت مضى .

بالإضافة ،الباحثين كارليس أوسيس وإرلندر هارالدسون لاحظوا أنه خلال أغلب الهلوسات ، يعتقد الشخص أنه يرى إنسانا حيا . أثناء تجارب رؤية الأشباح ، على العكس ، الشخص يعتقد أنه يرى شخص عزيز متوفى أو زعيم ديني أو روحي موقر صعد إلى جوار ربه .

إنه أيضا من المدهش الإشارة إلى أن الباحثة البريطانية إيما هيثكوت ، قد درست التجارب الملائكية التي مر بها خمسة أشخاص فاقدي البصر ووجدت أنه لا فروقات نوعية بين رؤاهم ، بالمقارنة مع التجارب الملائكية للناس البصيرين .

قصص حقيقية لناس رأوا الملائكة

ريشة الملاك الهدية

بقلم : كيت أوريلي

كان ذلك عام 1998 ، وقد كنت في غرفة الطوارئ لإصابتي بذات الرئة . كل العقاقير التي تستخدم لمكافحة هذا المرض قد أعطيت لي ، وقد أرسلت للمنزل مع تعليمات صارمة حول ضرورة الراحة التامة في السرير وتناول أدويتي الكثيرة . عندما غادرت المستشفى ، شعرت أنه ينبغي علي فعلا البقاء ، لكن لم يكن يوجد أسرة شاغرة في المستشفى . لقد بدا ، أنه بسبب تقدمي في العمر وصحتي العامة ، سوف أشفى بشكل أسرع بنظام منزلي .

ذلك المساء ، وأنا أتقلب في فراشي ، حيث بقيت مستيقظة بسبب صوت المبخار ، في النهاية غفوت في نوم عميق . في الساعة 3:33 صباحا بالضبط ، لقد استيقظت لوجود روح ما في غرفتي . في البداية فكرت أن شخصا مريضا آخر من عائلتي كان مستيقظا مارا بالقرب . عندما استدرت في فراشي ، قلبي بدأ يتسارع . كان يوجد في غرفتي جسدين اثنين كبيرين جدا . عندما ركزت عيناي ، عقلي أصبح يردد ، كيف لشيء بهذا الحجم أن يجد مجالا في غرفة نومي ؟

الشخصيتين بسرعة جعلاني أفهم بدون كلمات أنهما كانا يحمياني أثناء نومي . لقد عرفت أنهما ملاكين . أحد الملاكين كان ذكرا يبلغ طوله قرابة عشرة أقدام . لكن كيف

لشخصية بطول عشرة أقدام أن تجد مجالا بغرفة نومي (التي ارتفاع سقفها يبلغ فقط ثمانية أقدام) ؟ رداءه كان رماديا مزرقا جميلا جدا ، وكان له وجه مُحِب أشعرني بالشفاء . الملاك الآخر كانت بيضاء بالكامل . طاقتها كانت لطيفة ومغذية . لقد ذكرتني بالملائكة الذين قرأت عنهم في طفولتي : مكسوة بالريش بمقدار النصف وبشرية المظهر بمقدار النصف . اقتربت لألمسهم ، فرحلوا . عدت للنوم .

عندما استيقظت في الصباح ، أصبحت مثارة جدا بشأن " الحلم " الذي رأيت فيه الملائكة . عندما دخلت ابنتي وحفيدتي لتريا كيف هو حالي . أخبرتهم عن زيارة الملائكة لي . ابنتي كانت لديها نزعة للشك ، لكن حفيدتي ذات الأربعة أعوام كانت مرتاعة و مبتهجة بالقصة . بعد أن انتهت الإثارة ، ساعدتني ابنتي للنهوض من الفراش للذهاب إلى الحمام . في تلك اللحظة ، بدأت حفيدتي بالصراخ من الإثارة والمرح . فحالما نهضت من الفراش ، خرجت معي ريشة بيضاء بطول ستة بوصات ، ملتصقة بساقي المحمومة ! ثلاثتنا لم نعرف في ما نفكر . كنت مشوشة لأنه لم يكن يوجد منتجات تحوي ريشا بمنزلنا بسبب حساسيتنا له . ابنتي كانت صامتة ، وحفيدتي كانت ترقص من الفرحة لأن الملاك ترك هدية . قالت أنها عرفت أن الحلم لم يكن حقا حلم لأن الملائكة تزور الناس في الليل دائما . بالطبع لقد كان ملاكا !

بعناية أزلت الريشة الثمينة عن ساقي ووضعتها على مذبح غرفتي .

الليلة التالية ، شعرت بأن صحتي تسوء . قررت أني إن لم أشعر بتحسن قريبا ، فسوف أتصل بطبيبي . عند 3:33 صباحا ، استيقظت مرة أخرى لشعوري بوجود روح ما في غرفتي . استدرت ، وقد كان الملاكين موجودين مرة أخرى ! أثناء مراقبتي لهما وهما يقفان أمامي ، سألني الملاك الذكر ما إذا كنت مستعدة للذهاب معهم إلى السماء . لقد امتلأت بالبهجة لسماعهما يتحدثان ، ويدعواني للانضمام لهما .

قال الملكان أنهما هنا لمساعدتي لأقرر ما إذا كنت أرغب بالبقاء حية في جسدي أم لا . لقد فكرت في المشاريع التي كنت أعمل بها ، وفي العمل الذي لم ينتهي بعد .لا شيء من هذه الأمور بدا أكثر أهمية من الذهاب مع الملائكة . المحبة والاطمئنان الذي انبعث منهما كان مغريا جدا . وقد كنت أريد المزيد منه . فجأة ، برغم كل ذلك ، فكرت في أحفادي الصغار السبعة . كل أصدقائي قالوا لي أنهم هنا لسبب ما ، وقد أكون أنا جزء من ذلك السبب . إن غادرت مع الملائكة في تلك اللحظة ، فلن تكون لدي الفرصة على الأقل لأقول وداعا للأطفال واستلام قبلة وعناق أخير . أخبرت الملائكة أنني أريد البقاء على الأرض في الوقت الحاضر .

أخبرتني الملائكة أنني إن اخترت البقاء ، الطريقة الوحيدة التي يمكن بها أن أبقى على قيد الحياة هي بالعودة إلى غرفة الطوارئ بسرعة . لقد اختفوا فجأة بنفس الطريقة التي حضروا بها إلي . بأسرع وقت ممكن ، أخذتني ابنتي الكبرى إلى المستشفى . حيث اتضح ، أن مرض ذات الرئة أصبح أسوأ بكثير ، وقال الأطباء أنني وصلت للمستشفى في الوقت المناسب .

في الصباح التالي عند 3:33 صباحا ، استيقظت ، آملة بأن أرى ملائكتي ، لكنهم لم يكونوا موجودين . لقد تساءلت ما إذا كان الانتقال إلى المستشفى قد أربكهما . لقد كنت حزينة جدا لفكرة أنني قد لا أراهما مرة أخرى ، وتساءلت كيف لي أن أعيدهما لي . لقد أدركت أنه كان ينبغي علي أن أوجه لهما المزيد من الأسئلة . شعرت بأني قد ضيعت فرصة ، واعترضت على قراري بعدم الذهاب معهما . لقد بكيت ، وكأنني كنت أندب على فراق أصدقاء لدي منذ سنين .

أتت ابنتي وحفيدتي لزيارتي في ما بعد في نفس ذلك الصباح . لم أتكلم عن الملائكة منذ الصباح الذي رأيت به الريشة . كنت واهنة جدا ، بشق النفس مركزة طاقتي لكي أتحسن . ابنتي أيضا كانت مهمومة ، ولم أرغب في الإثقال عليها أو إقلاقها . أثناء حديثنا عن إقامتي بالمستشفى ، تذكرت ابنتي شيئا حدث في وقت مبكر من الصباح . لقد قالت بأنها استيقظت عند 3:33 صباحا وكان لديها شعور قوي حول قرار مهم كانت تحاول اتخاذه . كانت متحيرة جدا لحقيقة أنها استلمت تبصر كهذا في وسط نوم عميق . لكن عقلها الآن قد اتخذ قراره – بعد شهور كثيرة من الصراع ، في النهاية عرفت ما ينبغي عليها فعله .

ابتسمت ، ملائكتي لم تغادر أبدا ؛ إنهم لا يزالون معي ومع من أعِز . لهذا اليوم ، أنا أعِز هدية الملاك الريشة .

بعيدا عن الأذى

بقلم : مجهول

عندما كنت في الخامسة أو السادسة من عمري ، لقد استيقظت من نومي لأرى رجلا شابا يرتدي رداءً أحمر كرداء المرتلين في الكنيسة ومعه كتاب صلاة أحمر يطوف في غرفتي . صرخت على أمي وأبي . الرجل الشاب (أعتقد أنه ملاكي الحارس) اتجه إلى خزانتي ، وجريت أنا إلى غرفة أمي وأبي ، حيث بقيت هناك لبقية الليل .

بعد سنوات كثيرة ، أنا وأمي كنا نتناقش حول الشق في الحجاب السلكي لنافذتي التي تعودت أنا وأخي على التسلق للدخول و الخروج منها . لقد أخبرت أمي أني تساءلت دائما كيف حدث هذا الشق . لقد كنت أعرف أني وأخي لم نمزق الحجاب السلكي . قالت أمي أن أحدا حاول اقتحام منزلنا من النافذة الليلة التي رأيت بها ملاكي الحارس . لم تكن ترغب بإخباري لأنها لم تكن تريد أن أكون خائفا من النوم في غرفتي .الآن أنا أعرف أن ملاكي قد حماني من الأذى في تلك الليلة .

غريب على طريق عام مكسو بالجليد

بقلم : سوزان دالي

سقطت سلسلة من سيارة زوجي كلارك ، وبينما كان يستعيدها ، انزلق وسقط على قطعة جليدية . بعد أن تمكن من تسلق الهضبة إلى منزلنا ، انهار كلارك على الأرض ، يتلوى من الألم . لقد آذى ظهره أثناء السقوط .

قررت أن آخذ زوجي بالسيارة إلى المستشفى مع ابني سكوت . أثناء قيادتنا السيارة على طريق عام مزدحم جدا ، شعر كلارك بالغثيان ، وكان علي أن أتوقف على جانب الطريق . بعد أن انتهينا من هذا الأمر ، بدأتُ المهمة الصعبة وهي العودة إلى حركة المرور ، التي كانت تتحرك في خطو سريع على الطريق العام . كانت ليلة مظلمة جدا ، وحالما ظهر فراغ في الخط الطويل من السيارات ، بدأت بالتحرك إلى خط السير فقط لأجد أنني لا أستطيع الحصول على احتكاك التصاقي على الجليد لكي تجري السيارة ! نزل ابني سكوت وحاول دفعنا ، لكننا جلسنا مع إطارات تدور ، دون أي تقدم للأمام .

الموضع الفارغ في حركة المرور أفسح مجالا لخط آخر متواصل من السيارات . حاولت أن أتحرك إلى منطقة حيث قد يتواجد احتكاك التصاقي أكثر ، لكن السيارة لا زالت لا تتحرك ! وضعت رأسي و يداي على عجلة القيادة وقلت ، " إلهي ، أنا أحتاج المساعدة الآن ! "

لحظة بعدها ، توقفت سيارة في الزقاق الأيمن للطريق العام على مسافة عشرة أقدام خلف سيارتي . أضواءها الأمامية كانت مضاءة ، لكن ليس ضوء الطوارئ الومضي لإنذار السائقين الآخرين بوجودنا . وقف خط طويل من السيارات خلفها . بدا الأمر تقريبا وكأنه مفارقة تاريخية ، إن شئت ، ما عدا أن حركة السير تلك استمرت بالحركة في الزقاق الأوسط من الطريق العام . الطريق كان زلقا ، ولأجل أن تتوقف تماما كل هذه السيارات دون وقوع حوادث كان ظاهرة خارقة للطبيعة . ستكون حتى أمرا إعجازيا إن كان الرصيف جافا !

رأيت شخصا يخرج من السيارة التي وقفت خلفي . بدا متوسط الطول ، مرتديا بنطلونا ، جاكيت قصير ، قفازات ، وقبعة . لم أستطع رؤية ملامح وجهه ، حيث أن السيارات الواقفة خلفه فقط تركتني أرى ظلا . بطريقة ما عرفت أنه كان موجودا هناك لمساعدة ابني في دفع السيارة ، لذلك ضغطت على البنزين و ركزت على موضوع تحريك السيارة إلى موضع حيث نجد احتكاك التصاقي كاف لكي نستطيع قيادة السيارة دون مساعدة .

حالما شعرت أن سرعة السيارة تزيد ، أخبرت ابني بأن يقفز إلى السيارة ، مخافة أن يتوجب علي الوقوف ثانية لأخذه . قلقي حول ركوب ابني السيارة وهي تتحرك صرف ذهني عن الشخص الذي يساعده . لكون نافذتي مغلقة ويداي مشغولتان بالقيادة ، لم أتمكن من فتح نافذتي لأشكر منقذنا .

في ما بعد ، عندما سألت سكوت إن تمكن من شكر الشخص الذي ساعده في دفع السيارة ، قال سكوت ،" أمي ، ما الذي تتحدثين عنه ؟ لم يكن يوجد أي أحد يساعدني في دفع السيارة . لقد فعلت ذلك بمفردي !" عند سن 15 ، سكوت كان مقتنعا أنه كان قويا بدرجة كافية لدفع السيارة دون مساعدة .

مرات كثيرة جدا تمنيت لو أستطيع أن أشكر الشخص الذي ساعدنا ، لكن في الحقيقة أنا أشك أنه كان شخصا ؛ أعتقد أنه كان ملاكا قد أرسل استجابة لدعائي بطلب المساعدة .

كل شيء سيكون على ما يرام

بقلم : دوروثي دوراند

أخبرتني أمي قصة عن حادثة وقعت لها عندما كنت أنا رضيعة .

مأساة أثقلت عليها كثيرا . عند سن 22 ، فقدت أخيها ، وأمها ، وأبي (الذي مات عند سن 31) ، وأنا كنت مريضة بدرجة خطيرة . الأطباء كان لديهم طريقة علاجية جديدة لم تجرب أبدا من قبل على الأطفال الرضع . لقد أعطوني فرصة نجاح بنسبة 50 بالمائة إن وافقت هي على هذه المعالجة . إن رفضت ، سأموت بالتأكيد .

بناءً على ذلك ، وقعت أمي استمارة الموافقة ، خرجت من المستشفى ، وذهبت مباشرة إلى الميناء حيث خططت لإغراق نفسها . كل شخص أحبته في حياتها قد سلب منها . لقد اعتقدت أني سأموت ولن يكون لديها شيء لتحيى لأجله .

أثناء وقوفها تحدق في الماء القاتم ، وقف بجانبها رجل أسود بدا أنه عامل برصيف الميناء . في البداية كانت خائفة لأنه كان رجلا ضخما جدا . لقد كان حيا خشنا ، والنساء لم يكن يترددن عليه مخافة التعرض للإيذاء الجسدي . لكن وقتها فكرت ، هذا لا يهم .

قال الرجل ،" قتل نفسك ليس هو الحل . كل شيء سيكون على ما يرام ." نظرت أمي بعيدا عنه لثوان قليلة ونظرت إلى الأسفل إلى الماء مرة أخرى . عندما نظرت للأعلى ، كان الرجل قد رحل . مسحت المنطقة ، لكنه ببساطة اختفى .

كل شيء بالفعل أصبح على ما يرام ، حيث أنني بقيت على قيد الحياة . أمي أصبح لديها ألفة خاصة مع الملائكة منذ ذلك اليوم إلى أن وافاها الأجل ... في 18مايو 1999 .

أطفال رأوا شبح شخص عزيز عليهم متوفى

الجد الذي لم أعرفه أبدا

بقلم : لوان براون

عندما كنت في 16 ، ليلة 20 ديسمبر ، عند 2:10 صباحا ، رن صوت الهاتف على خبر أن سيارة الإسعاف قد استدعيت للتو لجدتي ، التي كانت مريضة جدا . لاقاها أبي في المستشفى ، وقاموا بإدخالها في وحدة العناية المركزة ، معلنين أنها تعرضت لأزمة قلبية . عندما غادر أبي ، كانت بخير وقادرة على التحدث معه . عاشت جدتي معنا منذ أن كنت في الخامسة من العمر ، وقد كنت أنا وهي قريبتين من بعضنا . لقد تقاسمنا حكايات كثيرة استثنائية طوال تلك السنين ، وكانت كالأم بالنسبة لي .

حينما عاد أبي للمنزل ، أخبرنا بجميع التفاصيل حول حالة جدتي وقال أنها ترقد بارتياح . في الصباح التالي عند 7:30 ، كنت أجفف شعري في غرفتي أمام المرآة . والداي ذهبا للعمل ، و أنا رأيت رجلا يقف عند مدخل بابي . قال ، " جدتك قد توفيت ." استدرت حولي ، لكن لم يكن يوجد أحد هناك ! كنت خائفة جدا لدرجة أني اتصلت بأبي في العمل ، الذي أخبرني أن أتصل بالشرطة وأنه سيكون في المنزل حالا . عمله كان على مسافة خمس دقائق من منزلنا ، والشرطة كانت هنا عندما وصل إلى المنزل . لقد فتشوا المنزل ولم يجدوا شيئا . بعد مغادرة الشرطة ، أوصلني أبي إلى المدرسة . لا أحد بالمرة سألني إن كان الرجل قد قال شيئا . بعد المدرسة ، قدم والداي لأخذي ، الأمر الذي لم يفعلاه أبدا من قبل . وصلنا للمنزل ، وعندئذ أخبرني والدي أن جدتي قد توفيت بالفعل .

كل ما قلته هو أني أعرف ذلك مسبقا . سألني كيف عرفت ، وحينها أخبرته بما قاله الرجل . بدأ أبي يبكي . إلى هذا اليوم ، هو يقسم أنه لا بد أن يكون والده الذي أخبرني . والده كان قد توفي عندما كان أبي في الرابعة عشرة فحسب .

لا تكوني حزينة

بقلم : بيل فلتشر

لقد فقدنا ابنتي الصغيرة إيما ، في فبراير 1990 ، عندما نادت عليها أعز صديقاتها من الجانب الآخر للشارع ، فركضت في طريق السيارات دون أن تنظر . ماتت إيما في المستشفى . ابنتي الكبرى ، إليزابيث ، كانت تشعر بأسى شديد لدرجة أنها لم تحتمل أن تنام في الغرفة التي كانت تتقاسمها مع أختها ، لذلك قمنا بنقل سريرها إلى غرفتنا . بعد

أسبوعين ، قالت أنها رأت إيما في الليلة الماضية وأنها شعرت بالراحة إزاء عودتها إلى غرفة نومها .

عندما سألناها ماذا حدث ، ردت إليزابيث بأن إيما وقفت عند جانب سريرها وقالت ، " لا تكوني حزينة ، أنا بخير الآن ." سألتها إن كان ذلك حلما ، وقالت إليزابيث بأنها كانت جالسة في فراشها تتحدث إليها ، وبالتالي لا يمكن أن يكون ذلك حلما .

صديقة إيما ، التي نادت عليها من الجانب الآخر للشارع ، قدمت إلي وهي مُثارة بعد بضعة أيام وقالت أنها ، هي أيضا ، رأت إيما . قالت لها إيما ،" لا تكوني حزينة ، كان لا بد أن يحدث ذلك ، وأنا بخير الآن ."

أشخاص بالغين رأوا شبح شخص عزيز عليهم متوفى

شكرا لك ، أبي !

بقلم : بيغي كيتنغ

توفي والدي عام 1973 . تقريبا بعد عامين ، لقد أنقذ حياتي . كنت أقود سيارتي في وقت متأخر من الليل ، متعبة جدا ونعسانة . بحماقة ، كنت مصممة على المواصلة . كنت أكاد أنام ، وفجأة كان أبي واقفا على جانب الطريق ! كان له جسم ضخم وكان مرتديا نفس نوع الملابس التي كان يرتديها عندما كان حيا – كان هو من غير شك . عندما نظرت في المرآة لأراه من الخلف ، كان قد رحل . طبعا ، كنت يقظة لبقية الرحلة . شكرا لك ، أبي !

ضوء أخضر من جدي

بقلم : تامي زينكا

عندما كنت في السنة الدراسية الأولى في الجامعة عام 1987 ، جدي جيم حدث له توقف للقلب حينما كان بمفرده في غرفته بالمستشفى . عندما وصل إليه الموظفون بعد بضع دقائق ، قاموا بإنعاشه . وحيث أنه بقي دون هواء لبضع دقائق ، كان كل ما استطاعوا أن يفعلوه هو أن يدعوه في حالة غيبوبة بحيث يكون غير قادر على الاستجابة لأية منبهات كلامية أو جسدية . الشيء الوحيد الذي أبقاه على قيد الحياة هو جهاز التنفس الصناعي . بعد خمسة أيام ، لا زال لا يوجد أي أمارات للحياة على جدي ، حتى مجرد محاولة للتنفس من جانبه . الأطباء قالوا أنه ميت " من الناحية السريرية" . عند هذه المرحلة ، عقدنا اجتماعا عائليا لمناقشة فكرة التوقيع على الطلب الذي سيجيز لجدي بأن ُتفصَل عنه أجهزة دعم الحياة الصناعية . وافق الجميع ، ما عدا خالي ، الذي أراد أن ينتظر لبضعة أيام قلائل على أمل أن جدي سيستيقظ ويسترد عافيته . بعد هذا اللقاء ، قدت سيارتي عائدا للمدرسة . كان الوقت متأخرا جدا ، ولم يكن يوجد

الكثير من السيارات على الطرق . أثناء القيادة ، كنت أشعر بالغضب من خالي وأحس بالأسى على فقد جدي ، الشخص الذي كان له الأثر الإيجابي الأعظم في حياتي .

وصلت عند إشارة توقف وكانت سيارتي هي الوحيدة عند هذا التقاطع . نظرت إلى الجانب الأيمن ولاحظت عشب واجهة منزل كان هناك . رأيت روح قسيس يقف جنب حوض ماء الطيور على عشب الواجهة . كان له جسد صغير ، وكان يلبس رداءً تقليديا قديما مع قبعة مثل أسقف . كلما نظرت إليه أكثر ، كلما أصبح أكثر إشراقا .

ثم ، على الجانب الآخر من حوض ماء الطيور ، ظهر جدي جيم . وقف طويل القامة وجليلا ، الطريقة المميزة التي دائما عرفته بها . ارتدى معطفا أزرقا داكنا وبنطلونا أبيض ، تماما كما كان يرتدي عندما كان في البحرية . وجهه كان يتوهج ، وكان في حالة اطمئنان . أستطيع أن أشعر به يخبرني أنه يريدنا أن ندعه يرحل – أن نوقع طلب فصل أجهزة دعم الحياة الصناعية عنه . أومأت له رأسي بالموافقة ، وهو ابتسم لي . استدرت لأنظر لإشارة المرور ولاحظت أنها أصبحت خضراء .

عندما نظرت إلى الخلف ، كان جدي والقسيس قد رحلا . عندما عدت إلى غرفتي في سكن الطلاب الجامعيين الداخلي ، اتصلت بأمي وأخبرتها بالذي حدث . حتى هذه اللحظة ، لم أفهم لماذا رأيت القس . عندما وصفته لأمي ، أخبرتني أن جدي جيم كان لديه صديق كان قسيسا وقد مات منذ عشر سنوات . وصفي له تطابق مع وصف أمي . كان هذا تأكيدا لها ولبقية العائلة أن ما رأيته كان حقيقيا .

في لقاء العائلة التالي ، أخبرت الجميع عن رؤياي . لقد طمأنتهم بأن جدي في حالة اطمئنان وأنه قد حان الوقت لندعه يرحل . أنا أيضا أعدت طمأنتهم أنه كان ولا يزال معنا . في النهاية ، وافق خالي على توقيع طلب فصل أجهزة دعم الحياة الصناعية . الأسبوع التالي ، في عيد الشكر ، ُأوقِف قلب جدي وتوفي . بعد أيام كثيرة من وفاته ، رأيت هالات خضراء حول كل ضوء . مثل ضوء الإشارة الخضراء الذي رأيته مباشرة بعد رؤياي ، اللون الأخضر يعني " اذهب " وربما يكون ذلك طريقته لقول ، " شكرا لكم لتركي أذهب ."

إنذار من السماء

بقلم : مجهول

عندما كنت أنا وأخي وأخواتي كلنا أطفالا صغارا ، ذهب أبي إلى هيوستن لأجل وظيفته ، لذلك عاشت أمي وأربعة أطفال صغار سويا في منزلنا . أمي كانت نائمة عندما استيقظت لشمها شذا رائحة معينة : عطر أمها .

فتحت عينيها لترى صورة أمها ، التي كانت تقول ،" استيقظي ، أضيئي أنوار الرواق !" قالت أمي ،" لا ، أنا متعبة ،" حيث أنها كانت نصف نائمة . لكن أمها كانت مصرة

ومشددة :" انهضي الآن وأضيئي النور ! " بناءً على ذلك نهضت أمي ، وأضاءت الأنوار حول المنزل ، ثم عادت للفراش .

في الصباح التالي ، رفعت أمي سماعة الهاتف ، فقط لتكتشف أن خط الهاتف كان مقطوعا . عمال تصليح الهاتف اكتشفوا أن خطوط هاتفنا قد قطعت ، ووجدوا أيضا خطوات أقدام تحت نافذة غرفة نومي ، لذلك ذهبوا إلى بيت الجيران لاستدعاء الشرطة . عمال التصليح قالوا أن الشخص الذي قطع خطوط الهاتف حقا كان يعرف ماذا كان هو يفعل ، حيث أن خطوط الهاتف كانت تحت الأرض . قالت الشرطة بأننا كنا محظوظين ، لأنه حينما تقطع خطوط الهاتف ، مرتكب الجريمة يكون لديه خطة شريرة أكثر بكثير من مجرد القيام بالسرقة . إضاءة الأنوار في المنزل لا بد قد أخافه وجعله يفر . " أيها الصبي ، لقد كنت محظوظا ،" قالت الشرطة . من ناحية أخرى ، عرفت أمي أنه كان يوجد ما هو أكثر من الحظ ، و بصمت شكرت أمها .

رؤية الزعماء الدينيين والروحيين الموقرين الذين صعدوا إلى ربهم

أمنا مريم رفعتني إلى الأعلى

بقلم : ميشيل هاينس

كنت أشارف على الانتهاء من الدراسة بالكلية ، وقد بدا وكأن الكثير من التحديات تحدث في حياتي . كانت لدي صعوبة في التأقلم مع مفارقة الحياة في الكلية ، وكنت أيضا أمر باكتئاب عميق . إن لم يكن هذا كاف ، كثير من الناس المهمين في حياتي كانوا ينتقلون بعيدا .

الخسارة الأكثر أهمية التي مررت بها كانت هي انتقال أخصائيتي النفسية .

مع كل التغييرات والخسائر ، كنت مكتئبة لدرجة أني فكرت في الانتحار . للمساعدة على تخفيف شعوري باليأس ، قررت أن أذهب إلى معتزل هادئ . عادة أنا أذهب له في أحيان كثيرة لأعيد تنظيم أفكاري ، ولأهرب من النشاط البالغ للحياة اليومية . عادة أنا أبقى في معتزل تعيش به الراهبات المعتزلات . الذهاب إلى المعتزل دائما منحني شعورا بالعزاء والسلوان .إلى هذا اليوم ، أتطلع للذهاب بضعة أيام حيث لا أتحدث مع أي أحد . فقط أقضي الوقت لأكون مع نفسي ولأتحدث مع الله . هذا يمنحني راحة عظيمة .

حينما كنت بهذا المعتزل بعينه ، شعرت بالأمان بالرغم من أني كنت أعاني من الاكتئاب . في الليلة الثانية لإقامتي هناك ، حدث شيء ما الذي بطرق عديدة لا يمكن وصفه . كنت لتوي قد انتهيت من قراءة كتب عن الروحانية وغفوت والأنوار لا تزال مضاءة .

فجأة ، الأنوار بدت تعتم قليلا . بدأت أسمع صوتا يطن كصوت ألف نحلة تطن . ثم بدأت أشعر بأني أغادر جسدي . في البداية ، كنت مرعوبة من التجربة ، لكن بعدها بدأت أقول لنفسي في عقلي ،"let go , let God" وبينما كنت أردد قول ذلك ، شعرت بنفسي قد رفعت عن جسدي حتى أصبحت أعوم في الغرفة .

بعدها لاحظت كائنا أبيضا يدخل الغرفة . في البداية ، لم أستطع أن أميز الكائن ، لكن بعدها أدركت أنها أمنا مريم (مريم العذراء) . لقد أخذت يدي وقادتني إلى خارج المعتزل . بعدها ، بطريقة ما كنا نطير في الهواء . أتذكر رؤية أنوار الليل تماما حولي . لقد كان مشهدا لا يصدق . أثناء طيراننا ، أخذتني إلى مكان حيث بدأنا نتصل مع ثلاثة أنوار ساطعة لا تصدق .

لهذا اليوم ، ليس لدي فكرة عن ماذا تحدثت معي الكائنات الثلاثة . فقط أتذكر أني علقت في وسط الهواء فوق ما يبدو أنه كاليفورنيا . الكائنات الثلاثة شكلت مثلثا . حينما يتكلم إلي أي نور ، فإن الكائن يصبح أكثر سطوعا بينما الكائنات الأخرى تقل في الحدة . أيا كان ما قالوه لي فقد غير حياتي . بعدها رجعت مع أمنا مريم إلى غرفتي في المعتزل وعدت بلطف إلى جسدي . أستطيع أن أسمع طنين دافئ وشعور بالوخز بينما أنا أفعل ذلك .

في الحال أنا نهضت من فراشي وعرفت أن التجربة كانت أكثر من مجرد حلم . اكتئابي توقف ، والأمور في حياتي بدأت تتغير إلى الأحسن . أنا لن أنسى أبدا هذه التجربة طالما حييت .

لقد رأيت عيسى

بقلم : غويندولن وايلس

تقريبا منذ أربع سنوات مضت ، كنت أقود سيارتي في حييّنا ، فقط أتجول بمفردي . أنا مراقب للسماء : أحب أن أنظر إلى النجوم ، القمر ، والغيوم . في ذلك اليوم ، كنت عند إشارة مرورية . نظرت للأعلى ، وهناك في السماء رأيت عيسى المسيح . أقسم بأني لم أختلق هذه القصة .

كان واقفا هناك في السماء مرتديا رداءً أبيضا طويلا . بلا حذاء ، بشعر بني يصل إلى الكتف ، وذراعاه كانتا ممدودتين أمامي . وقد نظرت وطرفت ثم نظرت مرة أخرى ، وكان لا يزال هناك ، واقفا ويداه ممدودتان ، ينظر مباشرة للأمام . الضوء أصبح أخضر ، فتحركت . لم أخبر الكثير من الناس أبدا لأنني حسبت أنهم لن يصدقوني . لكني أعرف أني بذلك اليوم رأيت عيسى .

رؤية الأعزاء المتوفين في الحلم

طمأنة من جدتي

بقلم : تيتي فانهالا

عندما ماتت جدتي ، شعرت بالذنب بشدة حيث أنني لم أذهب أبدا لرؤيتها في المستشفى . فقط لم أكن أرغب بالذهاب . ربما أني أردت أن أتذكرها كما كانت من قبل ، وليس كالشبح بالنسبة لحالتها الطبيعية السابقة حيث أصبحت حينما مرضت .

جدي كان قد توفي قبل ستة أشهر مضت ، وجميعنا اعتقدنا أن جدتي فقدت سببها للعيش عندما توفي . لقد رأيت أحلاما مزعجة بعد موت جدي . بعد موت جدتي ، كنت قلقة وخائفة قليلا لأنني كنت أشعر بوجود كليهما ، كما كان أيضا يشعر أبي واثنتان من عماتي . وجودهما فاقم شعوري بالذنب لأنني لم أزر جدتي ، وقد تساءلت ما إذا كانت غاضبة مني .

ذات ليلة ، زارتني جدتي في حلم . كنت أقود الدراجة مع صديقي ، وأستطيع رؤية جداي يقودان دراجات باتجاهنا . لقد انعطفا أمامنا . أستطيع أن أرى جدي ، يبدو هادئا ومتجهما ، تماما كما كان في كثير من الأحيان عندما كان حيا . جدتي قادت دراجتها خلفي ، تقريبا دون أن أراها .

سريعا كنت أقود دراجتي خلفها ، وقد ناشدتها ،" جدتي ، أرجوك لا تطارديني ." استدارت لتواجهني . لقد لاحظت أن مظهرها لم يتغير عما كانت عليه عندما كانت حية . ابتسمت جدتي وهي تجيب ،" ولماذا علي أن أطاردك ؟ " في تلك اللحظة ، صحوت مع ابتسامة على وجهي وإحساس بالدفء . لقد كان الحلم حقيقيا جدا ، ولقد أدركت أن تلك كانت طريقتها لتخبرني بأن كل شيء على ما يرام ، وأنها لم تكن منزعجة مني لعدم زيارتي لها في المستشفى .

وردة جدتي الحمراء

بقلم : سوزان واترز

كان ذلك عام 1972 ، العام الذي تخرجت فيه من المدرسة الثانوية . جدتي كانت مريضة لفترة من الزمن . لقد كانت تسكن في ولاية أخرى وكانت تود رؤيتي منذ فترة . لم يكن لدينا الكثير من المال ، ولم تكن حتى أمي تستطيع قطع تلك المسافة لرؤيتها . خالتي ، التي كانت تعيش معها وتعتني بها ، قالت أنها كانت تطلب رؤيتي طوال الوقت . أمي كانت تعمل في وظيفتين وكانت تعمل بوظيفتها المسائية عندما عدت إلى المنزل ذات ليلة مع صديقي بتش .

كنا نجلس على الأريكة ، وقد اجتاحني أغرب شعور على الإطلاق . لقد أخبرته أن جدتي قد ماتت للتو . لقد ضحك وقال أني مجنونة . آنذاك ، رن الهاتف . أخبرت بتش بأني لا أريد أن أرد على الهاتف لأني عرفت أنه خالي يقول أن جدتي قد ماتت . مرة أخرى ، ضحك بتش فحسب . رددت على الهاتف ، ولقد كان ، في الحقيقة ، خالي يخبرني أنها توفيت تماما في الوقت الذي أخبرت فيه بتش بذلك .اتصلت بأمي في

عملها ، فعادت إلى المنزل . ذهبت أمي للجنازة ، لكن عندما عادت ، لم تقل شيئا أبدا عن الجنازة .

الليلة التي تلت عودة أمي إلى المنزل ، حلمت أن جدتي تمشي عبر باب غرفة نومي . فكرتي الأولى كانت ، كيف يحدث ذلك ؟ إنها ميتة . استمرت بالمشي باتجاهي ، وقد كنت خائفة . فكرت أنه ينبغي علي ألا أخاف لأن هذه جدتي فحسب . لكن بعدها سأفكر ، إنها ميتة !

بدت أصغر سنا ، مرتدية ثوبا أزرقا غامقا بنقط كبيرة بيضاء ، وقد كانت مبتسمة . جلست أنا على حافة سريري ، وجلست هي بجانبي . لقد بدا وكأننا نتكلم ، لكن من خلال عقولنا ، وليس أفواهنا . لقد كانت تعرف أني خائفة وكانت تخبرني أنه لا بأس بذلك . جدتي كان لديها وردة حمراء في يدها تريد أن تعطيني إياها ، ولقد كنت خائفة أن آخذها . مرة أخرى ، أخبرتني (بعقلها ، على ما بدا) أنه لا بأس بذلك . أخذت الوردة ، و ابتسمت هي ، واستيقظت أنا . أو هل كنت أنا نائمة ، فعلا ؟ لا أعتقد ذلك . أعتقد أنها قد زارتني لأنها كانت تود رؤيتي . صحوت وأنا أصرخ ، وأتت أمي إلى غرفتي .

أخبرتها عن الحلم ، فقالت أني غريبة الأطوار وخرجت من غرفتي وهي تبكي . ثم عادت إلى غرفتي وأخبرتني أن جدتي بالفعل بدت أصغر سنا ، وبالفعل قد دفنت بذلك الفستان ذاته ، وأنها (أمي) قد وضعت وردة حمراء بيديها قبل إغلاق التابوت .

لقد تمسك بأختي

بقلم : تريزا

أختي صدمتها سيارة في 1 ديسمبر 1999 . لقد ضربت من الخلف وانطلقت على سيارة السائق قبل أن تسقط على الأرض . بعد فحوصات شاملة ، أعلمنا الطبيب أنها جسديا بخير ، لكنها تكبدت إصابة دماغية . لقد اعتقد أنها تواجه خطر فقد حياتها ، وقد كان غير قادر على إمدادنا بأية إجابات في ما يخص آثار الإصابة . لقد قال أن هذا النوع من الإصابة عادة يكون قاتلا في ذلك الوقت . كل من نعرفه بدأ يصلي طالبا لها الشفاء ، الذي أعرف أنه ساعدها على اجتياز المحنة . لقد أبعِد عنها جهاز التنفس في اليوم التالي وقد كانت قادرة على الكلام والتعرف على الجميع . لقد بقيت في المستشفى لمدة أسبوع ثم أرسلت لمستشفى إعادة تأهيل للعمل على الضعف الذي لديها في الجانب الأيسر والصعوبة في التركيز . لقد أخرجت من مستشفى إعادة التأهيل في 30 ديسمبر 1999 ، قبل ثلاثة أسابيع من الموعد الأصلي الذي تم تحديده .

لقد حدثت معجزة أخرى ، بجانب حقيقة أن صلوات الجميع ساعدتها على الشفاء . في إجازة نهاية الأسبوع قبل الحادث ، أخبرتني أختي عن حلم رأت فيه أخانا الذي مات في ديسمبر 1998 . قالت أن الحلم أزعجها لدرجة أنها استيقظت باكية . في الحلم ،

كان أخي على متن طائرة ، الشيء الذي كان غريبا لأنه لم يركب طائرة قط . لقد كان أيضا ممسكا بطفلة رضيعة .

فجأة ، بدأت الطائرة تصطدم . طوال الاصطدام استمر أخي بالإمساك بالرضيعة بإحكام . في النهاية ، كل من على متن الطائرة قد مات ، ما عدا أخي والطفلة الرضيعة . في ذلك الحين ، لم نفهم ما معنى هذا ، لكن أعتقد أننا نفهم الآن . أختي هي أصغر من أخي باثني عشر عاما (لقد كان في الأربعين من العمر عندما توفي) . لقد كانت طفلة العائلة ، وبالنسبة له ، لقد كانت لا تزال أخته الطفلة . أنا بحق أعتقد أن أخي كان الملاك الحارس لأختي في اليوم الذي صدمتها فيه السيارة ، وقد كان يحميها من ضرر الإصابة الجسدية قدر ما يستطيع بإمساكها بين ذراعيه . لقد كنت دائما أعتقد أن جميعنا لدينا ملائكة حارسة للمساعدة في حمايتنا ، لكني أشعر أن أختي هي شهادة على حقيقة أنهم بالفعل موجودون .

رسالة من الجانب الآخر

بقلم : كريستين لامبرث

أنا وزوجي كنا نمر بوقت صعب في علاقتنا ، لذلك في هذه الليلة الدقيقة ، لقد صليت كما لم أفعل أبدا من قبل طلبا للمساعدة . عندما خلدت للنوم ، حلمت أنني على الشاطئ مع رجل مرتديا بذلة الغوص . أردت أن أتحدث معه ، لكن كان يوجد سياج يفصلنا . أخبرته أني أريد العبور ولا أعرف كيف أفعل ذلك . أخبرني أن كل ما علي أن أفعل هو أن أضع الفكرة وأثق ، وهكذا فعلت ، ورُفِعت إلى الجانب الآخر . حالما أصبحت واقفة أمامه ، بدأت أخبره من أنا . هو استمع لي بطول أناة ، قبل أن يخبرني أنه عرف من أكون أنا وأني كنت حاملا .

بينما كنا على الجانب الآخر من السياج ، طلبت مساعدته لزوجي ، من ناحية أخرى ، هو أخبرني أنه لا يستطيع التدخل . قال أن زوجي كان يتعلم دروسا وكان يمضي في سبيله . مع الرسالة النهائية ، استيقظت أنا وحكيت الحلم لزوجي ، الذي أخبرني أن والده مات منذ 15 عاما عندما كان يغوص معه في المحيط .

لقد اتضح أن الأمور هي تماما كما أخبرني والد زوجي في الحلم – فعلا كنت حاملا في ذلك الوقت . لقد أنجبت ولدا ، وقد سميناه كريستوفر . هذا الحلم منحني الإيمان بوجود الملائكة كحراس لنا .

جعل العالم مكانا أكثر إشراقا

بقلم : لي لحود

كان ذلك نوفمبر من عام 1987 ، وقد كان عاما شنيعا بحق بالنسبة لي ، كنت أكابد طلاقا مزعجا بحق ، أمي كانت تموت بسرطان الدماغ ، وقد كان لدي بعض المشاكل

الحقيقية الجدية مع زوجها . كنت في طريقي لرؤية أمي ، لأجل ما عرفت أنه سيكون واحدا من المرات الختامية . أحيانا كانت تعرفني ، أحيانا لا .

صديق كان يوصلني لأنني لم أستطع تحمل فكرة الذهاب بمفردي . لقد كان يوما باردا ، رماديا ، ممطرا ، وقد كنت تعيسة تماما . فجأة ، كل الألوان بدت تصبح أكثر زهاءً ، ورجل سعيد جدا دخل إلى رأسي . لم يكن يوجد طريقة أخرى لشرح الأمر . لقد كان في رأسي وحسب ، والعالم برمته بدا سعيدا وأكثر إشراقا .

لقد أخبرني أن اسمه دانيال ، وأنه أراد فحسب أن يقول ،" مرحبا " ، أيام أفضل قادمة في الطريق ، وأنني سأكون بخير . ثم رحل . كل شيء حدث فجأة وبسرعة . لم يكن لدي أية فكرة من كان هو أو ما الذي حدث للتو ، لكن بدا أن الألوان لا تزال أكثر إشراقا ، وكأن أحدا نظف كل شيء بممسحة النافذة . شعرت أني أفضل بكثير . أيا كان دانيال ، لقد منحني الأمل عندما كنت أحتاجه بشدة ولم أستطع إيجاده داخل نفسي .

بعد عامين ، قابلت رجلا اسمه روس في حفلة عشية عيد جميع القديسين . في أول حديث لنا ، قبل حتى مضي عشر دقائق على لقائنا ، أخبرني عن أعز أصدقائه ، رجل روحاني حاول أن يعيش حياة مبنية على التبصر والحس الباطني ، وقد مات في مايو 1987 . اسمه كان دانيال . عندما رأيت صورته الفوتوغرافية ، عرفت بدون شك أنه كان دانيال الذي منحني الأمل في ذلك اليوم ،البارد ، الممطر في نوفمبر 1987 .
روس هو الآن زوجي .

الملائكة تدخل الأحلام والتأمل

الحبل الذهبي

بقلم : غربورغ فريك

منذ ثلاث سنوات مضت ، شاركت في حلقة دراسية وفي النهاية تم تقليدي كمعلم ريكي Reiki Master . أثناء المراسم النهائية ، لقد شجعنا لنتأمل ونتفكر في حارس الريكي الخاص بكل منا . ظهر لي ملاك بشعر أشقر يصل إلى الكتف ، مرتديا رداءً طويلا مع حبل ذهبي حول الخصر . لم أستطع تمييز الوجه أو الجنس . الملاك كان طويلا جدا ، على الأقل سبعة أقدام .

بعد انتهاء ساعة التأمل ، لقد طلب من الجميع أن يتشاركوا تجربتهم . هيذر من بنسلفانيا تكلمت أولا ، وقد وصفت ملاكي بالتفصيل ، قائلة ، " الملاك كان له حزام ذهبي حول الخصر ." أنا أفكر ، لا ، إنه ليس حزاما ؛ إنه حبل ، وهيذر في الحال صححت نفسها وقالت ، " في الواقع ، لقد كان حبلا ذهبيا ."

المجموعة سئلت عن الأجنحة . نحن كلينا أعطينا انطباعنا عن أجنحة الملائكة ، باستنتاج بأنه لا علاقة لها بالريش أو الطيران ، لكنها انبثاقات من الطاقة المتقوسة تتدفق بألوان قوس قزح فاتحة اللون . الشيء المذهل كان هو أن كلينا على ما يبدو التقى بنفس الملاك .

المزلجة القرنفلية

بقلم : شيريل كاش

لقد تربينا لنكون كاثوليك متزمتين . كنا نذهب للكنيسة كل يوم أحد وللاعتراف كل يوم سبت . ليالي السبت عند الغروب ، كنا نُسمِّع صلوات الروزاري .

لقد تربينا في ذلك الحين في مساكن القوات المسلحة . وذهبنا للتعليم الديني كباقي أطفال رجال القوات المسلحة . التعليم الديني كان كالمدرسة العادية ؛ الراهبات كن صارمات ، وكن على ما يبدو لا يحببن الأطفال . المدرسة كانت صعبة . من ناحية أخرى ، لقد منحت اهتماما وثيقا لقصصهم حول كيف تكون طفلا صالحا ومساعدا .

لقد تعلمت من إحدى الراهبات أن بإمكاننا أن نصلي في أي مكان – ليس فقط في المنزل والكنيسة . بإمكاننا أن نصلي فقط لأجل الصلاة ، وليس فقط لأننا نطلب شيئا ما . لقد أحببت فكرة أن بإمكاني أن أصلي في أي مكان كنت فيه . لقد كنت مولعة بقيادة دراجتي و مزلجة التزحلق . قد أفكر في ما قالته الراهبة عن الصلاة ، وأوقف دراجتي وأبدأ بتسميع الصلوات جديا ، غير مكترثة إن رآني أحد .

بنفس هذه الفترة الزمنية ، لقد بدأت أحلم بالملائكة تحوم حولي في فراشي . كانوا يتحدثون معي ويرفعوني من فراشي ويطيرون بي في كل أنحاء المنزل . أحيانا أصحو وأنا على الأرض بدلا من فراشي . أردت بشدة أن أصدق أن هذا كان يحدث واقعيا ، لأني عندما أستيقظ ، يبدو وكأنه حقيقي تماما .

أثناء أحد الأحلام عندما حملتني الملائكة ، لقد سقطت مني أحد مزلجتاي ذات اللون القرنفلي أثناء الطيران على الدرجة الثالثة في نهاية ُسلمِنا . في الصباح التالي ، كانت إحدى مزلجتاي ذات اللون القرنفلي ملقية على الدرجة الثالثة . لقد كنت مثارة جدا ، لكني لم أخبر أحدا لأني عرفت أن لا أحد سيصدقني .

رؤية أنوار الملائكة

النور أنقذ حياتي

بقلم : ميلي بونيس

كنت أقود سيارتي عائدة من العمل إلى البيت ، كنت في السادسة عشرة من عمري و لتوي استلمت رخصة القيادة . توقفت عند إشارة مرور حمراء وكنت مستعجلة . كنت بفارغ الصبر أنتظر الضوء أن يصبح أخضرا لكي أقود سيارتي بسرعة .

فجأة ، برغم كل ذلك ، فقدت تركيزي على إشارة المرور تلك . فجأة ، نور ساطع يشبه وهج الشمس جذب انتباهي إلى جانب الطريق . جلست في مكاني مشلولة برؤية النور ، تقريبا وكأني مستغرقة في حلم يقظة ، لكن دون أن أفكر بأي شيء . لقد روعت على صوت نفير سيارة السائق الذي كان خلفي . إشارة المرور أصبحت حمراء ، وأنا لم ألاحظ ذلك .

من ناحية أخرى ، قبل أن أستعيد السيطرة على نفسي ، انطلقت شاحنة عبر إشارة ضوء حمراء ، قاطعة طريقي بسرعة سبعين ميل في الساعة . إن كنت قد انطلقت حالما أصبح الضوء أخضرا ، لكنت صدمت من قبل الشاحنة المسرعة ووقعت في حادث خطير للغاية .

أنا أعلم أن ملاكا رأى الخطر قادما في طريقي فقام بتشتيت انتباهي بالنور الساطع ليمنعني من العبور في التقاطع . أعلم أنه كان ملاكا بسبب الأمان والدفء اللذين شعرت بهما أثناء بقية رحلة عودتي " البطيئة " للمنزل .

متعذر فصلهما

بقلم : إيلين سترايلي

أمي ، جاين وارين ، كان مدخنة طوال عمرها . في أغسطس 1998 ، تم تشخيصها كمصابة بسرطان الرئة . بعد ستة أسابيع لقد توفيت . أبي ، فلويد وارين ، وأختي ذهبا إلى دار تحضير الجنائز للقيام بترتيبات دفنها ، حيث أنني كنت أعيش في ولاية أخرى . بينما كان أبي مغادرا دار تحضير الجنائز ، وقع على الدرجات الإسمنتية وسقط على رأسه . لقد أخذ للمستشفى وخضع لجراحة مخ . بعد ذلك ، لقد تطلب أبي رعاية على مدار الساعة في منزله . لقد استجاب بشكل جيد جدا للعلاج الطبيعي ، وقد تحدثت معه كل يوم .

بينما كانت ممرضته معه في صباح التاسع من فبراير 1999 ، كان يوجد وميض من النور في الغرفة المعتمة . نظر أبي فوق كتفاي الممرضة وقال ،" مرحبا ، جاين ، لقد افتقدتك كثيرا ،" ثم مات . أمي ، أنا أعتقد ، قد عادت لتأخذ أبي . لقد كانا متزوجان لأكثر من 42 عاما .

رسالة عاجلة من السديم

بقلم : غربورغ فريك

قصتي مع الملائكة لها علاقة بشيء حدث لابني عندما كان في الرابعة من عمره (الآن عمره 31) . لقد كان ذلك في أوائل أبريل ، ولقد عشنا بجوار بحيرة ضحلة من بحيرات ميتشغان . لقد كان الجو باردا جدا في الليلة الماضية بحيث أن طبقة رقيقة من الجليد غطت البحيرة .

طفلي الصغير ، دائما مفعم بالنشاط ، كان تواقا للذهاب للخارج . قلت له بحزم ،" مارتن ، لا تذهب بجوار الجليد عند البحيرة ، هل تسمعني ؟" عيناه الزرقاوان الجميلتان نظرتا إلي بثقة ، ودون أن يرد علي ، ذهب إلى الخارج .

جلست أمام الطاولة بجوار النافذة المطلة على البحيرة وانشغلت بماكينة الحياكة ، التي استحوذت على تفكيري سريعا . فجأة ، رأيت سديما أبيض (ضبابا رقيقا) يرفرف على طاولتي . نظرت إلى المطبخ لأرى ما إذا كان يوجد شيء يغلي ويصدر بخارا . لكن لا شيء على النار . لقد شممت الهواء بحثا عن رائحة دخان لأتحقق ما إذا كان يوجد شيء يحترق ويخلق الغيمة البيضاء التي ترفرف على طاولتي ، لكن لم يكن يوجد أي دخان بالهواء .

وأنا محتارة ، نظرت إلى الضباب الرقيق الأبيض مرة أخرى ، وكان الآن ممتدا ناحية النافذة . نظرت إلى الخارج ورأيت مارتن وسط البحيرة على طبقة الجليد الرقيقة .

وأنا مذعورة ، قفزت وجريت إلى الخارج على الشرفة ، وأنا أصرخ ، " مارتن ، ادخل في الحال !" لقد امتثل الطفل لكلامي ، و نجى بحياته . ذلك الجليد ما كان ليتحمل وزني . في ما بعد ، قضيت وقتا أتأمل في السديم . لقد اقتنعت أنه كان ملاكا حارسا أو روحا التي جذبت انتباهي .

رؤية علامات من السماء

الغيمة الملائكية المؤاسية

بقلم : ريبيكا بورز

كان أبي في حالة احتضار من مرض السرطان . كنا قرب النهاية ، وقد وضعناه في المنزل ، مستريحا ودون ألم . لقد كان في غيبوبة ، لكني أعلم أنه كان مدركا لوجودنا معه . لقد وجدت صعوبة شديدة في التعامل مع موضوع الموت برمته ، وقد كنت خائفة عليه - خائفة مما كان يشعر به ، وخائفة مما سيكابده . أردت أن أتأكد أنه سيكون بخير وليس وحيدا ، لكني احتجت إجابة ما ، علامة ما . كان لدي لا شيء ، وكنت خائفة .

لقد كانت ليلة عادية من ليالي أكتوبر ، وأنا وعائلتي كنا ننتظر النهاية ، نصلي لأجل النهاية . ذهبت إلى الخارج على عتبة واجهة المنزل لأستنشق بعض الهواء النقي مع

صديق كان يؤاسيني . لقد جلست وقلت صلاة قصيرة . لقد ناشدت الله ،" أرجوك ، أرجوك ، أعطني علامة ما ، أية علامة ، فقط لأعرف أنه سيكون بخير ."

في تلك اللحظة ذاتها ، نظرت إلى السماء إلى الغروب الجميل ، ورأيت ملاكا – واضح كالنهار ، واضح لعيوني البشرية . لقد كانت غيمة جميلة – ملاكا جميلة . هذا كان جوابي .

ركضت إلى الداخل ، أحضرت أمي ، وأمسكت كاميرا . كلتانا جلسنا هناك وبكينا . لقد التقطت صورة للملاك ، ثم اختفت . توفي أبي بعد ذلك بعشر دقائق . لقد أتى الملاك ليأخذه إلى الوطن الأصلي . في تلك اللحظة لقد عرفت ، فعلا عرفت أنه بخير . أبي لم يكن وحيدا ، وهو مع تلك الملاك الجميلة ذاهبا إلى الوطن . لدي صورة الملاك وسأرسلها لأي أحد لا يؤمن . أنا أؤمن . دائما سوف أؤمن .

دانيال

بقلم : كارمن جبر

أخي ذي الأربعة وأربعين عاما ، دانيال ، توفي بسبب مرض بالكبد . لقد كان يتعاطى المخدرات والكحول طوال حياته منذ أن أصبح بالغا ، وكنتيجة ، فقد ارتكب أخطاءً فظيعة أثرت بكثير من الناس . ومع ذلك لقد أحببته ، وكنت أتساءل دائما ماذا حدث لروحه عندما مات .

لقد كان الوقت قرب تاريخ ميلاده ، وأغنية ألتون جون " دانيال " تذاع في مذياع السيارة . سماع اسم أخي في الأغنية جعلني أبكي . لقد توسلت لله أن يعطيني علامة تخبرني ماذا حدث لروح دانيال . تماما آنئذ ، انطلقت سيارة نقل أمامي وعليها الصورة الجدارية الأكثر إيقاعا للرهبة في النفس . على الجهة اليسرى من الباب الخلفي كان يوجد منظر مظلم عاصف موحش ، وعلى الجهة اليمنى كان يوجد عيسى يطفو إلى السحاب نحو السماء . ثم قرأت لوحة السيارة ، التي كتب عليها ، " فاز عيسى . "

منذ ذلك اليوم ، الأسى العميق الذي شعرت به لفقد أخي قد زال . طفولته كانت مليئة بكثير من الألم بحيث أن الظروف كانت ضده منذ البداية . لقد عانى بشدة في حياته ، إلا أنه كان لديه عزم وسحر هائل بحيث أنه لا يمكن أن يكون إلا بمكان أفضل . الآن أنا متأكدة من ذلك .

تجربة ملهمة

بقلم : شايا كوستليكي

مات والدي في 24 فبراير 1991 . تماما بعد أربعة شهور من هذا اليوم ، أنا نفسي أصبت بتوقف القلب . لقد سرت عبر النور بينما كنت أعالج بالمستشفى . أثناء هذا الحلم ، أو الهلوسة ، أو أي مصطلح تريد أن تطلقه على تجربتي ، والدي وصديق قديم لي قدما للتحدث معي . عندما خرجت من المستشفى ، اتصلت بزوجة والدي وسألتها عن رقم تلفون هذا الصديق . لقد قالت أن هذا الصديق قد مات ، مباشرة قبل عيد الميلاد في عام 1990 ، وهذا مجهول بالنسبة لي .

تجربة غيرت حياتي

بقلم : تامي زينكا

في عام 1996 ، وقع لي حادث تصادم مع سيارة أخرى كان بها عائلة مكونة من أربعة أفراد . أتذكر رؤية الخوف في أعينهم مباشرة قبل اصطدام سيارتهم بجانب سيارتي من الجهة التي كنت جالسا بها . كنت واثقا من أني سأموت ، أيضا . الشيء التالي الذي أتذكره هو أني وجدت نفسي بغرفة ذهبية بها طاولة طويلة وكائنات ذات نور ذهبي ، أحدهم كان جدي العزيز . كنت سعيدا جدا ! كنت أضحك – ليس لأنه يوجد شيء مضحك ، لكن لأني كنت سعيدا على نحو مطلق غير محدود . في تلك اللحظة ، تذكرت ما هو هدفي على كوكب الأرض . قلت لجدي ، الذي كان موجودا في عالم الأرواح معي ،" لا أستطيع أن أصدق أني تركت نفسي أقلق كثيرا جدا على أشياء تافهة !"

لا أتذكر أي شيء آخر مما قيل لي في السماء . على الأغلب أتذكر المشاعر ووجودي مع جدي جيم . ثم ، أنا و كائن من النور فجأة عدنا إلى موقع الحادث . طالما أني شعرت وكأني كنت في الغرفة الذهبية لفترة طويلة ، لذا فأنا لم أتعرف على البيئة الأرضية في البداية . لقد شعرت وكأني أعرف مرافقي ، الكائن الذي من عالم الأرواح الذي رافقني كصديق منذ زمن طويل . من ناحية أخرى ، هذا الكائن الذي كان مرتديا رداء أبيض ذو قبعة لم يكن أي أحد قد عرفته على الأرض .

قلت لصديقي من عالم الأرواح ،" يا له من حادث مروع !" لقد كنا واقفين بين السيارتين المتحطمتين بالكامل . حركة السير تكدست على كلا جانبي الطريق . بعدئذ رأيت سيارتي ، و حين ذلك تذكرت حادث سيارتي . لقد رأيت رجلا مرتديا معطفا ذي لون برتقالي وأصفر ينظر إلى جهة مقعد السائق في سيارتي . صديقي من عالم

الأرواح بدأ يقودني للعودة إلى جسدي . أتذكر رغبتي بالعودة لإنجاز هدفي هنا على الأرض . أنا أيضا كان لدي الشعور بأني سأعود لعالم الأرواح قريبا جدا لأن الزمن يقاس بطريقة مختلفة في ذلك العالم . بعبارة أخرى ، 80 سنة على الأرض ستكون مثل ثانية واحدة على الجانب الآخر . العالم الروحي هو خارج ، وليس محصورا ضمن حدود الوقت . كل الأوقات هي الآن .

عندما بدأنا نتحرك بشكل أقرب إلى جسدي ، أنا على نحو مفاجئ وقفت وقلت ،" لا! " فجأة لم أعد أرغب في العودة . نظرت إلى العائلة التي اصطدمت معي . حالما تشكل برأسي السؤال ، " هل هم بخير ؟ " قال الكائن النوراني ،" نعم ، إنهم بخير ؛ إنهم متضايقين جدا منك ، مع ذلك ." لقد رأيت جميع الأشخاص الأربعة وهالاتهم .

في الثانية التالية ، عدت إلى جسدي . رأيت عامل الإسعاف مرتديا المعطف ذي اللون البرتقالي والأصفر ينظر من خلال الباب إلي . سألني إن كنت بخير . قلت ،" نعم ، كنت أمشي في الشارع فحسب !" في ما بعد ، مباشرة قبل وضعي في سيارة الإسعاف ، سألني عامل الإسعاف مرة أخرى ،" هل أنت بخير ؟ " آنئذ أخبرته باختصار عن تجربتي ، التي أعرف الآن أنه يطلق عليها تجربة الاقتراب من الموت near-death experience . أعتقد أن عمال الإسعاف يسمعون كثيرا عن هذه اللقاءات غير المتوقعة مع العالم الآخر بتكرار عندما يأتون لإسعاف الأفراد القريبين من الموت .

من خلال تجربتي ، أنا أعرف أنه في العالم الروحي نحن نفكر ونتصل ببعضنا بواسطة حقيقة كاملة . على سبيل المثال ، إن شخصا قام بمراجعة حياته خلال تجربة اقتراب من الموت رأى حادثة حيث قام فيها بجرح مشاعر شخص آخر ، هذا الشخص سوف لن يبرر أو يضع أعذارا لهذا الخطأ الذي حدث . عوضا ، هذا الفرد سيرى الأمر على أنه فرصة قد فاتت لخدمة شخص آخر .

الشفاء من المخاوف من رؤى الملائكة

تقول دورين ، لقد اكتشفت أن هؤلاء الذين يرغبون وجاهزون لرؤية الملائكة سوف يرون الملائكة . الآن ، عندما أقول " ملائكة " فأنا أقصد هؤلاء الذين في السماء الذين يساعدوننا ويحبوننا . لذلك ، سواء كنت تريد أن ترى شخص عزيز عليك متوفى ، أو ملاكا رئيسيا ، أو مريم العذراء ، أو جمع غفير من الملائكة الجميلة ، العملية هي ذاتها .

العدسة التي نرى من خلالها الملائكة هي مركز طاقة يقع في الرأس بين العينين العاديتين . أنا أسميها " العين الثالثة. " كل واحد لديه عين ثالثة ، والعين الثالثة لكل واحد تعمل على نحو كامل ومستمر . أعرف أن هذا حقيقي لأن كل واحد يرى أحلاما بصرية – حتى عندما لا يستطيعون تذكر أحلامهم في الصباح التالي . أيضا ، عندما يمر الناس بتجارب الاقتراب من الموت (near-death experiences (NDEs فهم يلقون تجارب بصرية . إنهم قد يرون فيلما لحياتهم ؛ يرون الملائكة وأعزائهم

الموتى ؛ أو يرون نورا ساطعا متألقا . بالإضافة إلى ذلك ، مئات من الدراسات العلمية تظهر أن جميعنا لدينا نزعة طبيعية لنكون ذوي قدرات استثنائية دقيقة .

وهكذا ، يمكنك الآن أن ترى الملائكة . السؤال هو ، إذن ، ما إذا كنت تراهم . أداة تسليط الصور على الشاشة قد تكون تعمل في صالة السينما ، لكن إن كان يوجد غطاء يغطي العدسة ، فإن الفيلم لن يكون مرئيا على الشاشة . معظم الناس لديهم أغطية عدسات تغطي عيونهم الثالثة ، وبالتالي تعترض وتعيق إدراكهم لرؤى الملائكة الخاصة بهم . أغطية العدسات هذه وضعت بالاختيار – بإدراك أو دون إدراك – ويمكن أيضا إزالتها بالاختيار . بالإضافة ، يمكنك أن تتحكم بمستوى بصرك الروحي الصافي . وبالتالي ، لا تقلق من أنه حالما فتحت نافذة عينك الثالثة فأنك سوف تنغمر برؤية الملائكة والأشخاص الأعزاء المتوفين في كل مكان . مثل جهاز تلفزيون ، بإمكانك رفع الصوت ، أو تخفيضه ، تشغيل الجهاز ، أو إطفائه حسب الرغبة . أنا شخصيا أختار أن أبقي عيني الثالثة مفتوحة على مصراعيها في جميع الأوقات لأني أحب الجمال الذي أراه . أيضا أنا قد فقدت مخاوفي تجاه الرؤية ، التي هي العائق الرئيسي لحدوث رؤى ملائكية .

فقدان الخوف من الرؤية

دعنا نفحص بدقة بعضا من المخاوف الأكثر شيوعا التي تجعل الناس يختارون أن يغطوا عيونهم الثالثة . أثناء قراءتك كل وصف ، انتبه لانفعالاتك الجسمانية . إن شعرت بأي شيء يقفز أو يتوتر في جسدك ، آنئذ أنت ربما تؤوي ذلك الخوف بذاته . إن كان كذلك ، تأكد أن تتبع الإرشاد المعطى لتحرير هذا الخوف .

- الخوف من رؤية صور مرعبة . " نعم ، أنا بالتأكيد أريد أن أرى الملائكة ،" أخبرتني تلميذتي آمي ، " لكن فقط إن استطعت أولا أن أكون متأكدة مئة بالمائة أني لن أرى العفاريت أو ناسا ذي مظهر فظ ."

كثير من الناس يحملون مخاوف مشابهة . بينما من ناحية واحدة ، إنهم يريدون بشدة أن يرون كائنات سماوية نورانية ؛ من ناحية أخرى ، إنهم يخافون أن الرؤى الروحية سوف تكشفهم لاستقبال صور مرعبة .

فيلم الحاسة السادسة The Sixth Sense قدم الكثير من السيناريوهات الواقعية لكيف هو يبدو أن تكون طفلا ذا بصر روحي صاف . قبل أن يفهم كول ، الطفل الذي بالفيلم ، بصره الروحي الصافي ، كان مرعوبا منه . لكن حالما أدرك أن الناس الموتى لم يكونوا يطاردونه ، لكن ببساطة يريدون التكلم معه ، قدر كول موهبته الروحية . الجزء غير الواقعي من الفيلم وأفلام مشابهة له كان هو تصويره البصري لأرواح الموتى . الفيلم أظهرهم لديهم دم ، مقطوعي الأوصال ، ودم متخثر على أجسادهم .

لا شيء قد يكون إلى مدى أبعد عن الحقيقة ! في الواقع ، الناس الموتى يبدون أفضل من أغلبنا نحن الأحياء ! إنهم يظهرون لنا بصريا بجسد أثيري ، الذي يبدو تماما مثلما كان الفرد في أفضل أيام حياته . هؤلاء الذين قد هزلوا ، قطعت أوصالهم ، أو كانوا مقعدين فإنهم يرجعون إلى الكمال ، ما دام ذلك هو حقيقتهم الروحية دائما . إنهم قد يظهرون بنفس عمرهم حينما ماتوا ، أو أصغر بسنوات قليلة . حينما يموت الأطفال ، فإنهم كثيرا ما يكبرون على الجانب الآخر ، لذلك أنت قد تراهم يبدون أكبر بسنوات عديدة عما حينما رأيتهم لآخر مرة على الأرض .

هؤلاء الذين على الجانب الآخر ليس عليهم أن يتعاملوا مع الشؤون الدنيوية كالفواتير ، المشاوير اليومية من وإلى مكان العمل ، الجدال ، لذلك عندما ترى الشخص العزيز عليك الميت ، فأنت من المحتمل أن تحبس أنفاسك من الروع تجاه جاذبيته المتوهجة . قرابة 95 بالمائة من الناس الموتى الذين أقابلهم هم سعداء ، راضين ، ومتكيفين على نحو ملائم مع وضعهم الجديد .

أيضا ، ماذا عن الخمسة بالمائة الباقية ؟ ماذا لو كنت خائفا من أنك ستقابل شخص عزيز متوفى أو شخص غريب متوفى غاضب أو تواق إلى الانتقام ؟

أول شيء ، ناس كهؤلاء هم بالتأكيد موجودين . وبينما بإمكانهم ممارسة بعض التأثير علينا – مثلا تحريك الأشياء ، تشغيل الأجهزة ، أو الهمس بآذاننا – إلا أنهم لا يستطيعون السيطرة علينا أو إيذاءنا حقيقة .

كثير من الناس أيضا يخافون من " الملائكة الساقطة ،" الكائنات المظلمة و ما يسمون بقوى الشر . يوجد سلالة من الأرواح التي تبدو مثل تمثال أو شخص بشع الوجه ، وهم أقرب شيء إلى ما يمكن أن تسميه " الملائكة الساقطة ." هذه المخلوقات لها أجنحة عظمية ، جلدية ، تشبه الخفافيش ؛ وجوه مهروسة ؛ وأصابع عملاقة مع مخالب . هم أيضا لا يوجد بداخلهم نور سماوي .

هذه الأرواح الأرضية لا تضايق الشخص العادي . في الحقيقة ، إنهم يعتقدون أن أغلبنا مملين جدا . عوضا ، هم ينجذبون للناس المدمنين على مادة ما ، أو الذين يُنزلون أذى جسديا أو نفسيا عن عمد بالآخرين في العمل أو العلاقات الشخصية ، و أولئك الذين يخافون قوى الشر بإفراط .

إن كان خوفك من المخلوقات يمنعك من اختيار رؤية خلق الله السماوي ، دعني أسألك سؤالا : هل تفضل أن تمشي في ممشى مع شخصيات كريهة في الظهر أو عند منتصف الليل ؟ الشخصيات هي موجودة بأي حال ، لكن أنا شخصيا ، أفضل أن أراهم لكي يكون لدي الخيار في المشي على الجانب الآخر من الشارع .

البصر الروحي يذكرني بالسباحة بأداة التنفس تحت الماء في المناطق الاستوائية . يمكنك رؤية أصناف رائعة من الأسماك الأكثر جمالا التي يمكنك تخيلها ، مع الحيد البحري المرجاني وأوراق النباتات الواقعة تحت الماء . لكن أنت قد ترى أحيانا

أيضا سمكا غير جذاب ، ومن ضمنه سمك القرش . هل هذا يمنعك من السباحة والغوص تحت الماء ، أو هل تضع يديك فوق قناعك لتتفادى رؤية مشاهد غير جذابة وفي وقت واحد تمنع نفسك من رؤية جمال العالم الواقع تحت سطح البحر ؟

هذه طريقة لمعالجة هذا الخوف ، بأي شكل يتخذه : ذهنيا اطلب من الملاك الرئيسي ميكائيل أن يبقى بجوارك . ميكائيل يضمن لك أن كل من يأتي في محيطك يكون أحدا من النور . هو أيضا ينشر طاقة سماوية تمنحك الشجاعة في كل المواقف .

الخوف من رؤية الظلام أو الأشباح هو السبب الرئيسي لماذا الناس لا يرون الملائكة أو شبح الأشخاص العزيزين عليهم المتوفين . الخوف ، بأي شكل كان ، يضع غطاء عدسة فوق عينك الثالثة ، كثيرا مثل وضع يديك على عينيك أثناء الجزء المرعب من فيلم ما . ثانيا ، ملائكتك و الأشخاص العزيزين عليك المتوفين لا يريدون إخافتك ، وبالتالي لن يظهروا لك طالما أنك خائف من رؤيتهم .

اطلب من ميكائيل أن يساعدك في تحرير مخاوفك . ذلك هو هدفه السماوي ، ومهارته تفوق المعالجين النفسيين الأكثر لمعانا في مساعدتنا في التخلص من العواطف السلبية التي تعيق بصرنا الروحي . ذهنيا قل :

" ميكائيل ، أسألك أن تدخل إلى عقلي ، قلبي ، وجسمي . أرجوك قم بإزالة كل آثار الأخطاء في تفكيري التي تمنعني من التنعم ببصر روحي صاف . أنا راغب في تحرير أية مخاوف لدي ، عارفا أنك والله تحفظاني آمنا ومحميا إلى الأبد . أرجوك ساعد في منحي الشجاعة لأرى . شكرا لك ."

- المخاوف المتبقية منذ الطفولة . إن كنت طفلا ذا بصر روحي صاف قد تكون قد تعرضت للعقاب أو السخرية . ربما والديك أخبراك أنه من الشر أو الجنون رؤية الملائكة ، الأشخاص العزيزين عليك المتوفين ، أو المستقبل . ربما أنه قد أطلق عليك المتعالم لأنك باستمرار عبرت عن بصيرتك الروحانية الصحيحة . أو ، أن الصغار بالمدرسة أخبروك بأنك كنت غريب الأطوار لأنك تحدثت عما رأيت .

في بعض الحالات ، الأطفال يتنبئون بحدث مأساوي ، مثلا موت ، حادث ، أو طلاق . وجهة نظر الأطفال حول موضوع السبب والنتيجة لم تنضج بعد ، لذلك بعض الأطفال بشكل خاطئ يستنتجون أنهم سببوا المأساة لأنهم تنبؤا بها .

كل هذه المخاوف المتبقية من الطفولة إزالتها من الرأس أسهل من إزالتها من القلب . بمعنى آخر ، فقط لأنك تعرف بأنها غير منطقية لا يمحو الغصات العاطفية التي قد تشعر بها كلما فكرت في إعادة فتح بصرك الروحي .

هذه المخاوف العائدة للطفولة وضعت لها هذه الوصفة العلاجية بمساعدة الملائكة : العفو عن أولئك المرتبطين بنبوءات طفولتنا المخيفة .

- الخوف من أن تصبح مجنونا ، تموت ، أو تفقد السيطرة (يشمل أن تصبح غير قادر على تحمل المسئولية) إن أصبحت ذا بصر روحي صاف . كثير من تلاميذي يخبروني بأنهم يرغبون كثيرا بفتح عينهم الثالثة ويصبحوا ذوي بصر روحي صاف . من ناحية أخرى ، في وقت واحد يخافون أنهم بفعل ذلك ، فإنهم أيضا سيفقدون صلتهم بالواقع . يخافون أن يصبحوا غبيا يتكلم بحماقة ، شخص غريب الأطوار جدا ، أو شخصا مجردا من الشخصية . خوف مشابه عبر عنه ناس يخافون أنهم إن نقبوا عن التنور والحدس ، فإنهم سيفقدون مقدرتهم على تحمل وظيفتهم ، زواجهم ، وحياتهم بوجه عام . يخافون أن يصبحوا متهورين وفجأة يتركون وظيفتهم ، يرفعون دعوى طلاق ، وينتقلون إلى جزيرة استوائية . ومشابه لذلك الخوف من أنهم إن انفتحوا على ما هو مقدس ، فسوف يكملون هدفهم في الحياة قبل أن يكونوا جاهزين لمغادرة الأرض . بمعنى آخر ، أنهم سيموتون .

لكنها الذات السفلى – الأنا – التي ستموت ، تجن ، وتفقد السيطرة عندما تنفتح على المواهب الروحية لذاتك الحقيقية . فتح الحواس الروحية يستلزم ضمنا فقد مخاوفك ، عدم مغفرتك ، وأحكامك على الآخرين . عندما تفقد مخاوفك ، فإن الأنا تفقد أساس قوتها . وإن أصبحت هادئا تماما ، الأنا سيكون ليس لها صوت ، لا حياة بالمرة . لذلك المخاوف في هذه الفئة تنجم من الاعتقاد بأنك الأنا .

عندما تنفتح على ما هو سماوي ومقدس ، فأنت تصبح محب أكثر ومركز أكثر . السلوك المتهور يأتي من الأنا ، وليس من ذاتك الحقيقية . أنت قد تصبح موجها للقيام بتغييرات في حياتك ، وأنت في الحقيقة في النهاية قد تترك وظيفتك ، أو تتطلق ، أو تنتقل . لكن عندما تكون هذه التغييرات موجهة بقيادة ذاتك الحقيقية ، فسيتم إنجازها بمحبة وانسجام . الله والملائكة لن يطلبوا منك أبدا أن تجري تغييرا لحياتك قد يضرك أو يضر آخرين . إن كانت تغييرات الحياة ضرورية لنموك الروحي وهدفك في الحياة ، فإنك سوف تستلم مساعدة تدريجية لتمهد طريقك ، وأيضا لتمهد طريق أفراد عائلتك . إرشاد الله يأتي على أجنحة الملائكة .

أيضا ، إنه أكثر أمانا أن تكون ذي حواس روحانية من أن تكون منغلقا . المقدرات الروحية والحدسية تزودك بخارطة طريق تساعدك في إيجاد عمل مناسب ، علاقات مناسبة ، وأسلوب حياة صحي . أما أولئك المنغلقين فإنهم كثيرا ما يخضعون ويستسلمون لمواقف مؤذية أو ُرهابية ، التي قد تعرض الصحة العقلية والجسدية للخطر.

في النهاية ، المعتقدات في اللاوعي قد تسبب لنا أن نختار إغلاق بصرنا الروحي . على سبيل المثال ، امرأة كبيرة في السن في فصلي الدراسي لتطوير القدرات العقلية والحسية الاستثنائية استمرت بإخباري ، " أنا فقط أريد أن أرى ملاكا قبل أن أموت ! هذا كل ما أريد !" لقد خطر في بالي أنها بالتأكيد سترى الملائكة عندما تموت ، لكنها أصرت على رؤية ملاك مقدما .

أثناء اليوم الأول للحلقة الدراسية ، لقد كانت محبطة تماما لأنها لم تستطع رؤية أي شيء . بقيت تقارن نفسها مع التلاميذ الآخرين الذين رأوا بنجاح الملائكة ، الهالات ، الأشخاص العزيزين عليهم المتوفين ، وصور ذهنية في تمارين الفصل . في اليوم الثاني ، كلنا كنا نشجعها ، ندعو لها بأن تحصل على أمنيتها . لكن اليوم الثاني ثبت أنه عديم الجدوى تماما بالنسبة لها .

بعد ذلك ، في التمرين الأخير في اليوم الأخير للفصل الدراسي ، سجلت نجاحا . رأيتها بإثارة تصرخ ، " لقد رأيت ، لقد رأيت " توقيتها كان مشوقا . لماذا انتظرت إلى قرب نهاية الفصل الدراسي قبل أن تسمح لنفسها بالرؤية ؟ لقد اتضح أن عقلها اللاواعي أخذ أمنيتها حرفيا . لقد استمرت تؤكد ، " أريد أن أرى ملاكا قبل أن أموت ،" ولذلك كان خوفها الأساسي ، " إن رأيت ملاكا ، فسوف أموت ."

- الخوف من فقد حب أو قبول شخص ما إن فتحت بصرك الروحي . إن كان أفراد عائلتك أو الزوجة أو الزوج ينحدرون من خلفية دينية متشددة ، أو كانوا متشككين تجاه كل الأشياء الخفية ، فأنت قد تقلق حيال ردات فعلهم إن أنت فجأة أعلنت أنك رأيت الملائكة .

الملائكة ستوجهك في كل علاقاتك ، وسوف لن يطلبوا منك أبدا أن تقول أو تفعل أي شيء قد يشعل نزاعا . سوف يعطوك مساعدة واضحة حول ما ينبغي أن تقول ، ولأي أحد ، ومتى تقوله . إن سلمت خوفك لله ، فهو سوف يضمن لك أن تستطيع الخروج عن سريتك تجاه أمورك الروحية بطريقة منسجمة .

من وجهة نظر دنيوية ، العلاقات تكون ُمْرضية فقط إن سمحنا لذاتنا الحقيقة بأن تكون معروفة . وإلا ، كيف يمكنك أن تشعر بأنك محبوب بالفعل ؟ طالما أنك تخفي حقيقة من تكون أنت في علاقة ، فسوف تعتقد أن شريكك واقع في حب ذات مزيفة أنت تتظاهر بأنك هي .

في علاقات الحب الصادقة ، من الضروري أن تخبر شريكك بماذا يحدث معك . اعترف بارتباكك ، شكوكك ، بالإضافة إلى رغباتك وأحلامك . أدرك أن شريكك المتشدد أو النزاع إلى الشك قد يكون لديه ردة فعل في البدء بسبب مخاوفه . حاول بلطف مساعدة شريكك تجاه مخاوفه ، بدلا من أن تكون أوتوماتيكيا في موقف دفاعي إن شريكك لم يكن في الحال محبا لفكرة أنك ترى وتسمع الملائكة . اتجه إلى اختصاصي يقدم المشورة للمتزوجين منفتح العقل لمساعدتك للعمل على معالجة أية علامات على وجود علاقة لديك غير متزنة روحيا ."

- الخوف مما سيقوله الملاك إن رأيت واحدا . المخاوف في هذه الفئة تشمل الخوف من أن الشخص المتوفى العزيز عليك غاضب منك بسبب شيء أنت فعلته ، أو لم تفعله . أيضا تشمل المخاوف من أن الشخص المتوفى العزيز عليك يستنكر أسلوب حياتك الحالي . كثير من الناس قلقين من أن الشخص المتوفى العزيز عليهم غاضب

لأنهم لم يكونوا معه عندما لفظ أنفاسه الأخيرة ، أو بسبب اتخاذهم قرار فصل أجهزة دعم الحياة الصناعية عنه ، أو لأن الشخص الحي حصل على الطلاق .

تسعين بالمائة من الناس المتوفين الذين أقابلهم تماما هم عكس غاضبين . إنهم ، في الواقع ، الناس الأكثر هدوءًا الذين قابلتهم في حياتي ! العشرة بالمائة المتبقية أو نحو ذلك ينقسمون إلى شعبتين : أولئك الذين كانوا قلقين بشكل متواصل قبل الموت والذين يستمرون على هذا النحو بعد الموت ، وأولئك الذين أوجعهم الندم على الطريقة التي عاشوا بها حياتهم . إحصائيا ، الاحتمالات عالية جدا بأن الأشخاص العزيزين عليك المتوفين هم آمنين وسعداء .

من ناحية أخرى ، إن كانوا غير سعداء ، إنه من غير المرجح أن تكون أنت السبب . أنا أبدا لم أقابل شخصا عزيزا متوفى يقول بأنه غير سعيد لفصل أجهزة دعم الحياة الصناعية عنه ، أو أنه غاضب لأن أحد أقربائه الأحياء لم يكن موجودا في جنازته أو عند موته . في الحقيقة ، أولئك الذين ُقتلِوا نادرا أيضا ما يخبروني بأنهم ناقمين تجاه من قتلهم .

الموتى يتلقون عناية بالصحة العقلية تقريبا بشكل متواصل منذ اللحظة التي يصلون فيها إلى السماء . أغلب هذه العناية مركزة على مساعدة الميت حديثا على التحرر من الأعباء العاطفية المرهقة مثل الغضب ، إصدار الأحكام ، وعدم المغفرة . أولئك القادمين حديثا للسماء ُيستحثون لمطالعة أنفسهم والآخرين بحنو ، مدركين أن كل واحد يبذل أقصى الجهد بحسب مهارته .

إن كان الشخص المتوفى العزيز عليك قلقا بشكل متواصل أثناء حياته ، إذن الاحتمال قائم بأن يكون هذا الشخص لا يزال قلقا في السماء . في مثل هذه الحالات ، الحل الأفضل الذي يمكن أن تقدمه هو أن تصلي وتدعو لأجل أن يحظى بطمأنينة البال . اسأل الله أن يرسل مزيدا من الملائكة له . ذهنيا أخبر عزيزك المتوفى أن القلق غير ضروري ولا يفيد أحدا . أو ، اكتب رسالة إلى عزيزك الميت ، واكتب أية ردود تتلقاها كأفكار ، كلمات ، أحاسيس ، أو رؤى . من خلال كتابة الرسائل ، بإمكانك معالجة أية مواضيع لم تحل وتنمي أيضا علاقة أوثق من العلاقة التي تقاسمتماها على الأرض .

- الخوف من أنك لن تكون قادرا على رؤية الملائكة . المفارقة المحزنة أن أولئك الأشد رغبة لرؤية الملائكة هم كثيرا ما يكونون آخر من يُحتمل أن يروهم ! السبب هو أنهم يحاولون بجهد بالغ . الاعتقاد الناشئ عن الخوف الأساسي : " ربما لن أكون قادرا على رؤية الملاك ،" وهذه الفكرة السلبية تخلق نبوءة متحققة كنتيجة لتوقعها .

إجهاد النفس في فعل أي شيء ، سواء في لعب التنس ، أو لخلق علاقة حب ، أو لإنجاب طفل ، نادرا ما يثمر نتائج إيجابية . عضلاتنا تصبح متوترة ، أفكارنا الخلاقة تهرب ، ونبدأ نحن بحبس أنفاسنا .

في الفصل التالي ، سأصف طرق محددة لمساعدتك في رؤية الملائكة . من ناحية أخرى ، الموقف المبدئي الأساسي ينبغي أن يكون مبنيا على التوقع الإيجابي . الملائكة تقول أن " نوايانا تخلق تجاربنا ." بهذه الحالة ، ذلك يعني أن نيتك وعزمك على رؤية ملاك سيخلق تجربة رؤية ملاك . لكن نية سلبية ضمنية مثل ،" آمل بأن أكون فعلا قادرا على فعل ذلك ،" سوف يخلق توقعا سلبيا ويضر بفرصتك لرؤية ملاك .

أية أنشطة بإمكانك القيام بها لكي تهدئ التوتر العصبي والإثارة ، مثل اليوغا ، التدليك ، التنفس العميق ، التأمل الهادئ ، أو المشي في الهواء الطلق بين الطبيعة سوف تزيد من تكرر وقوة رؤى الملائكة لديك .

خطة لمدة أسبوع لتنفتح على رؤى الملائكة

هذا الفصل يرسم خطة قوية تمنحك أكبر فرصة لرؤية الملائكة . بالنسبة للبعض منكم ، النتائج ستكون فورية ، وقد ترون الملائكة أو الشخص المتوفى العزيز عليكم في الحال . آخرون قد يحتاجون لأن يكونوا أكثر صبرا ، وقد يمضي عدة أسابيع قبل أن تلاقي رؤى الملائكة . أنا أطلب منكم تأدية هذه الخطوات كل يوم لمدة أسبوع . حالما تصبحون جاهزين لرؤية الملائكة ، فسوف يظهرون لكم .

ربما قد لاحظتم أن الطابع المشترك بين قصص الناس الذين رأوا شبح الشخص المتوفى العزيز عليهم أو رأوه في الحلم هو أن الشخص كان بحالة أزمة ، أو كان لديه احتياج عاطفي شديد للاتصال بالشخص المتوفى العزيز عليه ، عندما تتوق بشدة لأشخاص معينين ، تطلق إشارة إلى السماء . أولئك الذين بالسماء يعرفون أنك ترغب بشدة بإجراء حوار مع الشخص المتوفى العزيز عليك . في الحقيقة ، هذا الشخص العزيز عليك من المحتمل أنه زارك مسبقا . إن كنت قد شعرت بوجوده ، فعلى الأرجح أنك محق . أنت لم ترى الشخص أو أنت لا تتذكر الحلم بسبب حالتك العاطفية الأكثر حدة من الحزن ، الخوف ، أو الغضب .

إن كنت خائفا من أن ترى شبحا فإن الشخص المتوفى العزيز عليك لن يظهر لك لأنه يحبك ولا يريد أن يخيفك . من ناحية أخرى ، إن كنت قد واجهت مخاوفك بصدق ، كتلك المحددة في الفصل السابق ، واتخذت خطوات روحية أو نفسية لمعالجة هذه المخاوف ، فإن الشخص المتوفى العزيز عليك من المحتمل بشكل أكبر أن يظهر لك الآن .

لا يوجد أبدا ضمان بأن الشخص سيظهر لك ، وإن كنت لم تراه ، فمن المهم أن لا تجعل نفسك متضايقا . هذا لا يعني أن الشخص المتوفى العزيز عليك غاضب منك أو أنه لا يحبك لمجرد أنك لم تراه . إنْ شخص آخر من عائلتك قد رأى الشخص المتوفى العزيز عليك ، فهذا ليس دلالة على المحاباة – هذا فقط يعني أن الشخص الآخر كان أكثر استعدادا لرؤية شبح أكثر منك .

إنه يستلزم الكثير من الطاقة من الشخص في عالم الأرواح لكي يظهر في هيئة شبح ، مشابه لكيف يبدو الأمر عندما نغوص لقاع أعمق محيط . أحيانا ينبغي على الشخص المتوفى العزيز عليك أن يستلف شحنة من بطارية مرشده الروحي لكي يكون لديه ما يكفي من الطاقة لكي يتوهج بشكل مرئي للأحياء . دراسة واحدة للأفراد الذين رأوا أشباحا على فراش موتهم وجدت أن الأغلبية الساحقة فقط رأوا شبح الشخص المتوفى العزيز عليهم لخمس دقائق أو أقل . عالم الأرواح في أحوال كثيرة يستطيع أن يؤدي مظهر الشبح لفترات وجيزة من الوقت . لذلك ، لا أريدكم أن تتوقعوا قضاء ساعات وساعات في التحدث مع الشخص المتوفى العزيز عليكم . بعض الناس يفعلون ذلك ، لكن عادة سوف ترى وتتحدث مع الشخص من عالم الأرواح بالأحرى على نحو وجيز . على الرغم من أنها زيارة قصيرة ، إلا أنه من المرجح أن تجدها مغيرة لحياتك وشفائية للغاية .

زيارتك بواسطة ملاك حارس من النوع ذي الأجنحة ، أو بواسطة مرشدك الروحي الذي يتوهج بسطوع شديد لدرجة أنك قد لا ترى ملامح وجهه ، قد تكون وجيزة أيضا . أثناء مقابلات كهذه ، مع ذلك ، سيكون لديك شعور بأن الزمن قد توقف . لذلك بعدها ، قد يكون من الصعب عليك أن تحسب كم من الوقت قد استغرقت مقابلتك مع الملاك.

خطة لمدة سبعة أيام لأجل حدوث رؤى الملائكة

أولا ، اختر يوما لتبدأ فيه . اليوم الذي يسبق يوم البدء ، عليك أن تشتري لك بعض الأغذية العضوية الطبيعية وبدائل اللحم النباتية وكتاب طهي نباتي . البقاء على غذاء نباتي هو أسرع الطرق لتطوير وإنماء البصر الروحي الصافي . في الحقيقة ، منتجات الألبان ، اللحوم الحمراء ، الشوكولاته ، والكحول هي أكبر العقبات للبصر الروحي الصافي .

دور الطعام والتغذية : كل شيء نأكله أو نشربه يحتوي على طاقة حياة ، بعض الأطعمة والمشروبات لها طاقة حياة أكثر من البعض الآخر . إذا تناولت غذاء به طاقة حياة عالية فإن شاكراتك ستصبح أكبر وأنظف .

على العكس ، غذاء به طاقة حياة منخفضة لن يساعد شاكراتك ، وأحيانا يجعلها تنكمش وتصبح معتمة على نطاق أبعد . هذا بالتحديد يحدث كلما أكلنا أطعمة اشتقت من حيوانات أسيئت معاملتها . شاكراتنا تمتص طاقة ألم الحيوانات .

الأطعمة الحية ، كالفواكه والخضروات الطازجة (خصوصا المزروعة زراعة عضوية ، حيث أن المبيدات بها طاقة حياة منخفضة " طاقة الموت") ؛ منتجات الحبوب الكاملة المبرعمة ؛ والعصائر التي عصرت حديثا (خلال عشرين دقيقة ، فطاقة الحياة تهرب بعد مرور عشرين دقيقة على عصرها ، تماما مثل روح تغادر

الجسد) ، لها أعلى كمية من طاقة الحياة . الأطعمة الميتة ؛ أو التي جففت ، جمدت ، أو طهيت فترة طويلة أكثر من اللازم ، ليس لها طاقة حياة . برغم كل شيء ، الحياة لا تعيش في علبة معدنية أو فريزر .

إن أضفت المزيد من الأطعمة التي لها طاقة حياة عالية لغذائك ، فسوف تلاحظ فرق إيجابي في مستوى طاقتك و مزاجك . أيضا التقليل من الأطعمة ذات طاقة الحياة المنخفضة وإضافة كمية صغيرة من الأطعمة التي لها طاقة حياة عالية قد يؤثر عليك بشكل إيجابي . لقد وجدت أن الكثير من تلاميذي وعملائي قد تلقوا إرشادا باطنيا بالتوقف عن استهلاك الأطعمة التي تسد شاكراتهم . عندما تتخلى عن أطعمة كالسكر ، الكافيين ، أو اللحوم الحمراء – استجابة لإرشاد باطني – فسيكون لديك القليل أو حتى لا شيء من الآثار الجانبية السلبية . لذلك ، لن تلاقي التوق الشديد و الصداع الذي عادة يرافق إجراء تغييرات غذائية . عوضا ، ستجد أن شهيتك لهذه المواد تختفي .

ملاحظة : أنشطة كل صباح سوف تستغرق على الأقل عشرين دقيقة . بعض الأنشطة قد تبدو غريبة عليك ، وقد تتساءل أنت ما إذا كان بإمكانك أن تحذف بعضها . نصيحتي إليك هي أن تؤدي هذه الأنشطة ، وإن شعرت بعدم الارتياح تجاه بعضها ، اسأل الله والملائكة مساعدتك في تخفيف عدم الارتياح أو يعطوك نشاطا بديلا .

ماذا تفعل في كل يوم

- **تأمل الصباح .** قم بهذا التأمل في الصباح قبل أن تنهمك في أية أحاديث مطولة مع أفراد العائلة . كل يوم يوجد تأمل للصباح وتأمل للمساء مختلف تقوم به .

- **دون .** بعد ذلك ، اكتب (في مفكرة أو دفتر يوميات) رسالة إلى من ترغب برؤيته . إنها قد تكون رسالة تفويض مطلق إلى " من يكون هو ملاكي الحارس ،" أو شخص عزيز متوفى معين ، أو إلى عيسى أو أي قديس ، أو إلى الله طالبا أن ترى من يفترض أن تراه . رسالتك ينبغي أن تكون نابعة من قلبك . تذكر أن كل القصص بهذا الكتاب أظهرت ارتباطا بين أن يكون لدى الشخص مشاعر قوية ، ثم رؤية الشخص العزيز المتوفى أو الملائكة في ما بعد .

- **ترنم .** في هذه الخطوة التالية (وقد تحتاج لأن تذهب في الهواء الطلق للقيام بالخطوتين التاليتين) ، سوف تستخدم العلم القديم المسمى " الترنيم " لتفتح عينك الثالثة . ترنم بـ" أوم " بصوت عال . إن كانت عائلتك نزاعة إلى الشك تجاه هذه الأمور ، بإمكانك أن تترنم بهدوء ، لكن بوجه عام ، كلما كان الصوت أعلى كلما كان أفضل . إن كان لديك تحفظات على الترنيم ، أو مخاوف من أنه قد يكون ممارسة للخرافات ، فأرجوك أن تقرأ القسم الذي بنهاية الفصل بعنوان " حول الترنيم ." سوف تقرأ قصة امرأة حدثت لها رؤى الملائكة بعد استخدامها الترنيم .

أغلق عينيك وقل " أأأأهـ هـ هـ هـ ، أأأأووو ، م م م م ،" سبع مرات . بينما أنت تترنم ، وجه تركيزك على المنطقة التي بين عينيك الماديتين ، واحمل الفكرة الإيجابية ، " إنه آمن لي أن أرى الملائكة ." ركز على رؤية من تريد أن تراه . إن كان لديك أية أفكار سلبية أو مرعبة ، أرجوك لا تتصارع معها . بدلا ، ذهنيا اسأل ملائكتك أن تأخذ هذه الأفكار بعيدا .

- **دور بسرعة .** بعد أن رنمت أوم سبع مرات ، قف ومد ذراعيك باستقامة على جانبيك . وعينيك مفتوحتين ، جد شيئا أو شكلا على الحائط ، شجرة في الجوار ، ستارة ، أو شيء آخر مشوق عند مستوى العين . هذا هو " مرتكزك البصري ." ثم انظر إلى ذلك الشيء وتدريجيا دوِّر جسدك بسرعة إلى ناحية اليمين (باتجاه عقارب الساعة) . جسدك سيصل إلى زاوية حيث لا يمكنك أن ترى مرتكزك البصري . فقط واصل الدوران بسرعة باتجاه عقارب الساعة ، ووجه رأسك لليسار لتحدد بالضبط مرتكزك البصري مرة أخرى ، وتوجه جسدك مرة أخرى ليقابل مرتكزك البصري .

قم بتمرين الدوران السريع هذا ثلاث مرات كل صباح . إن شعرت بدوار ، فهذا يعني أن شاكرا عينك الثالثة متسخة . حالما تنظف شاكرتك بالتأمل ، والترنيم ، والغذاء الخفيف ، والدوران السريع ، فسوف تكون قادرا على الدوران مرات أكثر دون الشعور بدوار . في الوقت الحاضر ،ُدور بسرعة تدريجيا أثناء كل دوران . بإمكانك أيضا أن تتوقف في نهاية الثلاث دورات وتضع يديك أمام صدرك (ما يسمى وضعية ناماستي) كطريقة لتوقف شعورك بالدوار .

- **تناول غذاءً خفيفا .** ينبغي عليك أن تتناول غذاء نباتي (دون لحوم أو منتجات ألبان) إلى المدى الذي تريد أن تلاقي رؤى ملائكة . بمعنى آخر ، كلما تناولت أطعمة نباتية أكثر ، كلما كان أسهل وأسرع أن تأتيك رؤى الملائكة . لذلك ، غذاء نباتي بنسبة 70 % سوف ينتج فرصة بنسبة 70 % بأن ترى ملاكا أو شخصا عزيزا ميتا ، وهلم جرا .

بالإضافة ، ذهنيا اطلب من الملائكة أن تشفيك من أي رغبة ملحة لتناول المادتين التي تعيقان وتسدان قدراتك العقلية الاستثنائية لأقصى درجة وهما الكحول والشوكولاته .

بالإضافة ، قلل قدر ما أمكن من تناولك للكافيين ، السكر ، النيكوتين ، والأطعمة المعالّجة كالمعلبات أثناء هذه السبعة أيام .

- **وقت الطبيعة .** سبع دقائق كل يوم اخلع حذاءك وجواربك ، وقف بقدميك الحافيتين على أمنا الأرض . دع جسدك يرتبط بالتربة ، الحشائش ، أو الرمل . أنت والأرض تحتاجان لأن تلمسا بعضكما الآخر في " لقاء روحي " لتتبادلا جسديا معلومات حيوية – وأيضا المحبة – مع بعضكما الآخر . بالمواظبة على هذه المواعيد اليومية مع أمك الأرض ، سوف تشعر بقرابة أكثر مع جميع الكائنات

الحية . وأحد الجوانب لفتح رؤياك الاستثنائية هو معرفة أنك متحد مع كل واحد وكل شيء .

بالإضافة ، تأكد من أن تحيط نفسك بالنباتات الصحية الحية في منزلك ومكتبك . النباتات تمتص طاقة خوفنا وضغوطنا بنفس الطريقة التي تمتص بها ثاني أكسيد الكربون . إنه خصوصا من المهم أن تنام بقرب نبات حي . من النوع ذي الأوراق العريضة .

- **تمرن .** كل يوم . قم بنشاط بدني كاليوغا ، المشي الخفيف ، الجري ، السباحة ، التجديف ، أو أي تمرين آخر على الأقل لمدة ثلاثين دقيقة . الأنشطة الرياضية تزيل بقايا الخوف السمية التي تتراكم بالجسم .
- **ترنيمة المساء .** رنم " أوم " سبع مرات .
- **تأمل المساء .** اقض على الأقل عشر دقائق لوحدك ، وخذ نفسا عميقا عدة مرات . وركز على تأمل المساء المحدد لكل يوم من خطة السبع أيام .
- **نقاش ملائكي مسائي .** عندما تخلد للنوم ، ذهنيا تحدث إلى ملاكك أو الشخص العزيز عليك المتوفى الذي ترغب برؤيته . تحدث بصدق عن مشاعرك ، وعما حدث لك خلال اليوم ، وعن أي موضوع تحتاج المساعدة فيه . اطلب من ملاكك أو الشخص العزيز عليك المتوفى أن يدخل أحلامك أو يظهر لك بشكل مرئي . اطلب المساعدة لتفقد مخاوفك لكي تستطيع البقاء هادئا ومركزا . اطلب المساعدة ، أيضا ، لتتذكر أي لقاء في الحلم قد يحدث مع ملاكك أو الشخص العزيز عليك المتوفى (على الرغم من أن أغلب مقابلات ولقاءات الأحلام تكون حية ومشرقة بحيث لا يمكن نسيانها) .

تأملات الصباح والمساء

اليوم الأول- تأمل الصباح : " أنا الآن أشعر بنفسي محاط بالوجود الشفائي لملائكتي . أشعر بأجنحتهم تطوقني ، تساعدني في معرفة أني آمن ومحبوب للأبد . وأنا أتنفس وأزفر الهواء ، أشعر بحبهم غير المشروط لي كدفء في صدري وقلبي . أنا أتيح لنفسي أن أشعر بأني محبوب ، مدركا أنه آمن لي أن أفتح قلبي للحب الإلهي ."

اليوم الأول- تأمل المساء. " أنا أعلم أنني آمن ، على الدوام محمي بواسطة ملائكة ضخام يقومون بحراستي . أنا أعلم أن حكمة الله المطلقة ومحبته غير المشروطة تدعمني الآن ، أنا أطلب من [اذكر اسم الملاك أو الشخص الذي تود رؤيته] أن يظهر لي بشكل مرئي . أنا أرغب بأن أرى [اذكر اسم الملاك أو الشخص الذي تود رؤيته] . أنا أعلم أنه آمن لي أن أرى . أنا لا أجهد نفسي ولا أضغط عليها ، لكن أنا الآن أتيح للرؤى أن تأتي إلي بخطى أستطيع توجيهها بسهولة ويسر .

اليوم الثاني- تأمل الصباح : " كل شيء يسير على نظام إلهي بالغ حد الكمال الآن . أنا أرى الملائكة بتوقيت إلهي مثالي ، وأنا أحرر أي احتياج للإسراع برؤياي للملائكة . وأنا أتنفس وأزفر ، أنا أحرر أية سموم قديمة في جسمي تتعلق بالمخاوف من الانفتاح على الرؤى الروحية . أنا أحرر السموم المتعلقة بأية تجارب ماضية كانت مؤلمة . [تنفس وأزفر بعمق .] أنا أترك كل شيء يرحل . أنا الآن أرى نورا ذهبيا بداخل رأسي . أنا أرى ذلك النور الذهبي يشكل حبلا ، وأشعر بأن الحبل يتحرك من داخل رأسي ، خارجا إلى الغرفة ، مثل منظف أنبوب . أنا أشعر الآن بأن عيني الثالثة قد نظفت بنور ربي . أنا أتيح لربي أن يطهرني ويظهرني على التجارب السماوية ، الآن " .

اليوم الثاني- تأمل المساء . " أنا أتنفس بعمق ، مستنشقا طاقة الحياة الموجودة في الكون . أنا متحد مع هذه الطاقة . ملائكتي وأعزائي المتوفين متحدين مع هذه الطاقة . عندما أزفر تماما ، أنا أخرج مني كل الضغوط ، الشكوك ، والخوف كليا . أنا الآن أتنفس بعمق ، مستنشقا الإيمان ، الثقة ، والمعرفة . أنا أزفر النزعة إلى الشك . أنا أستنشق الرضا ، أنا أزفر الخوف . أنا أستنشق الإيمان . أنا أزفر كل شيء لا أريده في حياتي . أنا أستنشق كل شيء أرغب به . أنا أزفر الغضب . أنا أستنشق العرفان بالجميل ."

اليوم الثالث- تأمل الصباح . " إلهي العظيم ، أنا أرغب بشدة بأن أرى ملاكي [أو اسم الشخص العزيز المتوفى الذي تود رؤيته] . أنا أطلب مساعدتك لتحقيق ذلك . أرجوك أعطني إرشادا إلهيا واضحا يمكنني أن أفهمه بسهولة ليساعدني في معرفة ما ينبغي علي أن أفعل لكي أحظى برؤى الملائكة . أرجوك ساعدني لكي أفقد أية مخاوف قد تسد بصري الروحي الصافي . أرجوك ساعدني لأرى ملائكتك الرائعين ."

اليوم الثالث- تأمل المساء . " أنا الآن أطلب من ملائكتي و [اسم الشخص العزيز المتوفى أو الزعيم الروحي الموقر الذي تود رؤيته] أن يدخلوا أحلامي . قلبي وعقلي مفتوحان لكل الإمكانيات ، وأنا مستعد لاستلام المحبة والحقيقة . أنا أعلم أني آمن عندما أحظى برؤى الملائكة ، وأؤكد بأن المحبة الإلهية تحيط بي الآن . إنه آمن لي أن أرى الملائكة . إنه آمن لي أن أرى الحقيقة . إنه آمن لي أن أرى المستقبل . إنه آمن لي أن أرى ."

اليوم الرابع- تأمل الصباح : " بصري الروحي هو الآن مفتوح على مصراعيه ، وكل ما حولي هو جمال لا يصدق . في كل مكان أنظر إليه ، أنا أرى دليلا على المحبة . أرى أفعال ُمحِبة ، فتنة الطبيعة ، وجاذبية كل واحد وكل شيء . عندما لا أرى إلا المحبة ، عندئذ فقط المحبة تستطيع أن تأتي إلى إدراكي . أنا الآن أرى المحبة متجسدة في الملائكة ."

اليوم الرابع- تأمل المساء : " أنا أطلب من ميكائيل أن يدخل أحلامي الليلة ويزيل أية مخاوف قد تمنعني من أن أمتلك إيمانا كاملا . أنا الآن أتيح لمحبة الله المقدسة أن تنتشر في كل جوهري ، تملؤني بثقة أبدية ومستأصلة أية أوهام من المخاوف . أنا آمن ، وأنا محبوب ."

اليوم الخامس- تأمل الصباح : " اليوم أنا أرى أنوار الملائكة المتوهجة التي تحيط بكل شخص على الدوام . أنا أرى درجات متوهجة من اللون الأبيض ، الذهبي ، الأخضر ، الأزرق ، والأرجواني حول رأس وكتفاي كل شخص . أنا بسهولة أرتبط بطاقة الملائكة هذه ، وأتلقى رسائل سماوية طوال اليوم . هذه الرسائل دائما تتحدث عن المحبة الإلهية و خدمة الغير ، وتساعدني لأبقى متمركزا في إدراك إقراري بفضل السماء على الأرض ."

اليوم الخامس- تأمل المساء : " أنا أتيح للصلاح أن يأتي إلي دون أن أجبر أو ألاحق أي شيء . أنا أعلم أن إجبار أي شيء على الحدوث يأتي من فكرة أساسية من الخوف . أنا أعلم أن الخوف يعيق التجارب الفعلية التي أرغب بها . أنا تماما أسلم رغبتي بأن أحظى برؤى ملائكة . أنا أثق بالله بأن يحقق أمنية قلبي لي . واجبي الوحيد هو أن أفتح الباب ، بأن أسلم وأتنازل عن كل أشكال الخوف . الباقي سيحدث بشكل طبيعي ."

اليوم السادس- تأمل الصباح : " اليوم أنا أنوي أن أحظى بيوم سعيد . أنا أسأل الله والملائكة أن يوجهوني بحيث أستطيع أن أشعر بالسعادة طوال اليوم . أنا أطلب أن تحل البركات والنعم بكل شخص يراني ، يقابلني ، أو يفكر بي في هذا اليوم . أنا أطلب أن أكون ملاكا على الأرض اليوم ."

اليوم السادس- تأمل المساء : " عزيزي [الملاك أو اسم الشخص الذي تود أن تراه] ، أنا أرغب بشدة بأن أراك . أرجوك أن تدخل أحلامي ، أو اظهر على هيئة شبح مرئي لكي أتمكن من رؤيتك وملاقاتك دون تأجيل . أنا أطلب أن تتيح لي رؤيتك . إن كنت أنا أعيق هذه التجربة بأية طريقة ، أرجوك أعطني رسالة قوية وواضحة لكي يمكنني أن أحظى ببصر روحي صاف ."

اليوم السابع- تأمل الصباح : " حالما أضبط عيني الثالثة ، أكون أنا مدرك للنور الأبيض ، الأزرق ، والأرجواني المتألق . [أرجو أن تأخذ لحظة لتغمض عينيك الماديتين وترى هذه الألوان أمامك تماما .] أنا الآن أطلب من رافاييل أن يضع إصبعه السبابة على عيني الثالثة ، ويشفيني من أية آثار خوف متبقية قد تحجب بصري الروحي الصافي . أنا أثق أن الغطاء قد رُفِع وأنني الآن أستطيع أن أرى بوضوح . أنا مستعد لأن أرى الآن !"

اليوم السابع- تأمل المساء : " أنا الآن مدرك لوجود ملائكتي الحارسة . عندما أتنفس وأزفر ، أنا أسترخي وأتآلف مع إدراك وجودهم . أنا أتيح لنفسي أن أشعر بعمق محبتهم لي . أنا أشعر بدفئهم . أنا أشعر بحبهم غير المشروط . أنا متحد مع ملائكتي . أنا متحد مع المحبة . أنا الآن أمنح نفسي الإذن بأن أرتبط بصريا بملائكتي ."

حول الترنيم

بالنسبة للبعض ، فكرة الترنيم قد تبدو غير طبيعية أو غير مريحة ، رغم كل ذلك هي نشاط قديم لبلوغ الرؤى الروحية . بعيدا عن كونها ممارسة مكتنفة بالأسرار ، الترنيم

يتأصل من التوكيد على الاسم المقدس لخالقنا . عندما ترنم كلمة أوم ، فأنت حقيقة تغني أغنية محبة لله .

هذه قصة امرأة حظيت برؤى الملائكة ، بفضل المساعدة التي قدمها لها الترنيم .

كيف ساعدني الترنيم على رؤية ملاكي

بقلم مولي دوناهيو

في يوم عيد الميلاد من عام 1999 ، رأيت ملاكا يعوم فوق سريري . بينما كنت أقرأ كتاب دورين Divine Guidance ، قلت دعاءً بأني أرغب بأن أرى أحد ملائكتي حقيقة . كنت أتبع نصيحة دورين حول ترنيم " أهـ هـ هـ هـ ، أأأأووو ، م م م م م " سبع مرات كل صباح وكل مساء لمدة أسبوع .

في منتصف الليل ، لقد استيقظت على رؤية نور أبيض ساطع مائل للاحمرار . الرؤية كانت غريبة ، وكأنه كان يوجد نموذج يمثل النظام الشمسي فوق فراشي . تألق النور ضعف بعض الشيء ، وقد رأيت ملاك أنثى جميلة مستلقية على جنبها ، تنظر إلي .

بالطبع لقد روعت فجأة ، لكن سريعا في ما بعد ، امتلأت بشعور بالدفء والحب ، وببساطة لم أعد خائفة . تذكرت أني قرأت في كتاب دورين أن الملائكة هم رسل ، لذلك سألتها ما هو اسمها وأي رسالة لديها لي .

تخاطريا ، قالت أن اسمها أنابيل . لقد بدت تماما كالملائكة في الصور الزيتية لعصر النهضة الأوروبية ، ورسالتها كانت بسيطة . لقد أرادت أن أعرف بأني محبوبة بدرجة عالية ، أكثر مما قد أتصور . لقد أرادت أن أعرف أني محروسة في كل لحظة ، وأن حشدا من الملائكة والمرشدين ينتظرون طلباتي . سألتها عن كتاب كنت أعتقد أن من المفروض علي أن أكتبه . لقد أكدت لي أنه إرشاد إلهي لي بأن أكتب الكتاب ، لكن ذلك لم يكن دورها .

لقد أرسلتْ في إجابة لدعاء ، وللتعبير عن المحبة- المحبة الإلهية . لقد نعمت واستدفأت بالمحبة والإشعاع على الأقل لمدة ثلاثين دقيقة . حتى أنني ذهبت إلى الحمام خلال ذلك الوقت ، وكانت لا تزال موجودة عندما عدت من الحمام ، تماما تشع بالمحبة والنور . ثم ببطء بهتت إلى مجرد لون أبيض محمر ، ثم إلى فراغ . لقد كانت من أكثر التجارب روعة في حياتي . أنا الآن استمر في رؤية ، سماع ، والإحساس بملائكتي طوال الوقت .

كيف ترى ملاكا

كما قرأت في القصص في هذا الكتاب ، أن ناسا مختلفون لديهم طرق مختلفة لرؤية ملائكتهم . في النهاية ، سواء كانت تجربتهم في الحلم ، أو في اليقظة ، أو رؤية أنوار الملائكة ، أو حدث لهم لقاء ساعدهم فيه شخص غريب غامض ، فإن كاتبي القصص

التي قرأتها كان لديهم شيء واحد مشترك : رؤى ملائكتهم كانت ذات معنى عميق ومغيرة لحياتهم .

أنت ربما لديك طريقة مفضلة تود أن ترى بها ملائكتك (أنا أستخدم كلمة ملاك جملة لأقصد ملاكا ذي أجنحة ، شخص عزيز متوفى ، أو زعيم روحي موقر) ؛ فوق كل ذلك رؤاك للملائكة سوف تظهر تماما بالشكل الذي أنت أكثر استعدادا له ، إن كنت سترتعب برؤية ملاك ضخم جميل ، عندئذ رؤاك للملائكة سوف تظهر كحلم أو بواسطة رؤية أنوار الملائكة .

في حلقاتي الدراسية وجدت أن الأعضاء الحاضرين يلاقون رؤى الملائكة بطرق كثيرة مختلفة ، ومن ضمنها رؤية ملاك :

- وأعينهم المادية تكون مفتوحة ؛
- في خيالهم ، وأعينهم المادية مغمضة ؛ و
- كصورة جزئية في خيالهم .

والبعض يلاقي رؤى ملائكة تبدو كصور دخانية . آخرون يرون الملائكة وهم يبدون غير شفافين و أكثر تجسدا . بعض الناس يرون الملائكة في خيالهم وهم يبدون كأنهم موضوعين فوق الناس الآخرين . بالنسبة لآخرين ، الملائكة الذين يرونهم في خيالهم يبدون وكأنهم واقعين داخل رؤوسهم .

أنا عندما أرى الملائكة ، عادة تكون عيناي مفتوحتان . عندما كنت صغيرة ، رأيت الناس الموتى غير شفافين ومجسمين . لم أكن أستطع تمييزهم عن الناس الأحياء . الآن وأنا أكبر سنا ، رؤى الملائكة لدي أصبحت أكثر نفاذية . الملائكة الذين أراهم يذكرونني بتجربة أن أكون في غرفة الجلوس مع الأصدقاء ، وجهاز التلفزيون مفتوح . أستطيع أن أرى الناس الموجودين معي ، وأيضا الناس الذين بداخل جهاز التلفزيون . أنا أعرف أن هؤلاء الذين على التلفزيون ليسوا حقيقيين مثل أولئك الجالسين على الأريكة بجواري .

وهكذا ، رؤاك للملائكة ستكون بها ميزة مختلفة عن رؤية شخص حي . مع ذلك ، سوف تعرف أنك تتفاعل مع كائن حساس واع تماما . لن يكون لديك الكثير من الشك ، إن يكن ، ما إذا كانت تجربتك حقيقية . في أغلب رؤى الملائكة ، سوف تستلم رسالة من الملاك سوف تنقل دون كلام إلى قلبك أو عقلك . سوف " تعرف " أو " تشعر " تماما ماذا يخبرك الملاك .

طرق مختلفة لرؤية الملائكة

بعد أن تتبع خطة السبعة أيام ، وتكرارها كلما ألزم ، ربما سوف تحظى برؤى ملاك تلقائية . على الأرجح ، سوف تحدث عندما تكون أقل توقعا لحدوثها . على سبيل المثال

، سوف تصحو في منتصف الليل وترى ملاكا واقفا قرب سريرك . الحب الذي لا يصدق الذي ينفذ من الملاك سوف يهدئ أية مخاوف قد تكون لديك بشكل طبيعي . أو ، ستكون تقود سيارتك وتلقائيا ترى ملاكا يحوم حول غطاء محرك سيارتك . الإمكانيات لحدوث رؤى ملائكة مفاجئة لا تعد ولا تحصى .

بالإضافة إلى رؤى الملائكة التلقائية ، سأقدم لك بعض التمارين التي قد تعزز لقاءك البصري مع كائن سماوي . سوف تحظى بأفضل نجاح مع هذه التمارين إن قمت بها ومعدتك فارغة أو شبه فارغة ، وبدون تأثير أية كافيين ، سكر ، نيكوتين ، كحول ، أو أية مواد تغير المزاج .

عند أداء هذه التمارين من الضروري أن تحمل توقعات إيجابية بأنك سوف ترى الملائكة ! الملائكة دائما تقول ، " نواياك ومفاهيمك تخلق تجاربك " لذلك إن كنت تحمل نوايا ومفاهيم سلبية تجاه رؤى الملائكة ، مثل ،" آمل أني سأستطيع حقا فعل ذلك ،" أو " نوعا ما لدي شك بأني مؤهل لرؤية الملائكة ،" سوف تعاق لأنك تتوقع بأن تعاق عن الرؤية .

الشكوك هي طبيعية من وقت لآخر . المفتاح هو أن تكون مدركا لهذه النوايا والمفاهيم السلبية ، ومن ثم أن تطلب ذهنيا من ملائكتك مساعدتك في إزالة هذه الأفكار ، والمشاعر ومخلفاتها .

قبل أن تبدأ هذه التمارين ، خذ بضع لحظات لتغمض عينيك ، وتتنفس بعمق ، وترى أو تشعر بثمان كرات زجاجية متراصة فوق بعضها الآخر ، من الأعلى إلى الأسفل ، ألوان الكرات هي :

- أرجواني
- أحمر مائل للبنفسجي
- أزرق غامق
- أزرق فاتح
- أخضر زمردي
- أصفر
- برتقالي
- أحمر

عليك أن ترى أو تشعر بهذه الكرات وكأنها ذات ألوان زاهية ، وخالية من أية بقع أو أوساخ . تصور نورا أبيضا ساطعا يضيء داخل كل كرة .

ثم ذهنيا ردد هذا التوكيد :

أنا الآن بسهولة أرى العالم الروحي .

أنا ذو بصر روحي صافي قوي وأستخدم موهبتي لتقديم خدمة رائعة للعالم .

إنه آمن لي أن أرى .

أنا محاط بالأمان ، الحماية ، و السلام التام .

تمارين مع رفيق

في هذه التمارين ، ينبغي عليك أن تعمل مع شخص منفتح العقل ويؤمن بالملائكة (أو من هو يرغب بأن يؤمن بالملائكة) . على الرغم من أنه من المحتمل جدا أن تحظى بتجارب ملائكية هامة عندما تعمل برفقة أشخاص نزاعين للشك ، إلا أن موقفهم السلبي تجاه موضوع الحياة بعد الموت وتجاه الملائكة قد يحبطك في محاولاتك الأولية لرؤية الملائكة . لذلك ، اختر فرد من عائلتك أو الصديق الأكثر امتلاءً بالإيمان .

تمرين الحائط - أطلب من صديقك أن يقف أمام حائط أبيض تماما . الحائط ينبغي أن يكون عاديا ودون ورق جدران .

اطلب من صديقك أن يغمض عينيه لكي لا تشعر بأي إحساس بالضغط أو الارتباك عندما تؤدي هذا التمرين . ثم ، خذ نفسا عميقا بعض مرات ، واجعل عيناك تنحرفان بدرجة خفيفة . ليِّن أو أضعف نظرتك المحدقة ، وكأنك تنظر إلى ما وراء صديقك .

مع تركيزك اللين ، افحص المنطقة حول رأس وكتفاي صديقك . لا تجهد نفسك لترى أي شيء ؛ دع الإدراك البصري يأتي إليك بشكل طبيعي . لاحظ إن كنت ترى أو تحس بأي نور أبيض ، أو ألوان أخرى تتوهج حول صديقك . ربما ترى موجات من الطاقة ، مماثلة لرؤية موجات الحرارة تنبعث من الشارع في يوم حار .

ثم ، خذ نفسا عميقا آخر وأغمض عينيك . قارن ما تراه حول رأس وكتفاي صديقك حالما تغمض عينيك (بعض الناس يرون العالم الروحي بشكل أسهل إذا أغمضوا أعينهم) . إن كنت ترى بشكل أسهل عندما تكون عيناك الماديتين مغمضتين ، عندئذ أرجو منك أن تبقيهما مغمضتين طوال بقية هذا التمرين . من ناحية أخرى ، قد ترى طاقة نور الملائكة بشكل أسهل عندما تكون عيناك مفتوحتان ، وإن كان الأمر كذلك ، أرجوك أن تبقي عينيك الماديتين مفتوحتين خلال هذا التمرين .

حالما ترى أي نوع من النور ، نتوء ، أو أي علامة لوجود ما ، استمر في الشهيق والزفير بينما بصرك الروحي يتكيف على الرؤية . تماما مثلما تخرج من دار سينما مظلمة أثناء النهار ، فإن عينيك تحتاجان لبعض الوقت لتتكيفا وتركزا على ما تريانه . لا تقلق ما إذا كان ذلك هو من صنع خيالك أم لا ؛ مجرد استمر بملاحظة أية تفاصيل عن الملائكة حول رفيقك .

تمرين مزدوج- صمم هذا التمرين بحيث أن كلا الشخصين المشاركين يحظيا برؤى الملائكة في وقت واحد . أولا ، اجلس مقابلا لصديقك . أمسكا بيدي بعضكما الآخر ، وينبغي على كليكما أن يغمض عينيه . أسندا أيديكما في وضع مريح ، مثلا بحضنيكما ، بحيث لا تصاب يديكما بالتعب . خذا شهيقا وزفيرا بشكل منتظم ، حيث أننا أحيانا نمسك نفسنا عندما نكون تحت ضغط . التنفس يفتح الحواس الاستثنائية . أيضا ، خذ ما يكفيك من الوقت وأنت تؤدي هذا التمرين ، ما دام أي إحساس بالعجلة قد يعيقك .

الآن ، تخيل كيف سيكون الأمر إن استطعت أن ترى الملائكة الحارسة لصديقك . مجرد أعط نفسك إذنا بأن تتخيل أنك ترى ملائكة صديقك . إنه لا يهم ما إذا كنت ترى هؤلاء الملائكة فعلا أو أنك تختلق ذلك . مجرد دع نفسك تراهم .

كيف يبدو شكلهم ؟ هل هم طوال أم قصار القامة ؟ هل يبدون إناثا أم ذكورا أو لا جنس لهم ؟ ما هو لون أعينهم ؟ كيف هو شكل ولون شعر كل واحد منهم ؟ هل ترى أية أجنحة ؟ أية تفاصيل أخرى عنهم ؟ هل تحس بأية رسالة ترسلها الملائكة لصديقك ؟

بعد بضع دقائق من رؤية الملائكة حول رفيقك ، أخبر رفيقك بكل شيء رأيته ، شعرت به ، سمعته ، أو فكرت فيه . لا تقلق ما إذا كان ذلك حقيقيا أو لا . أحد الأسباب التي تجعل الأطفال ذي قدرات استثنائية بشكل عال هو أنهم غير مهتمين بالتمييز بين مجرد الخيال والواقع الحقيقي . اتسامنا بالحذر كأشخاص بالغين هو أحد الأسباب الرئيسية التي تمنعنا من رؤية ما وراء الحجاب . من سخرية الأقدار أنه عندما تتخلى عن أية وقفة دفاعية ضد الخطأ في التمييز بين الخيال والواقع ، فإنك ستحظى بالنجاح الحقيقي في ما يتعلق برؤى الملائكة .

لا يوجد حد لعدد المرات التي تستطيع أن ترى فيها ملاكك الحارس ذي الأجنحة ؛ أو شخصا ما كعيسى المسيح ، أو قديسا . من ناحية أخرى ، الأشخاص العزيزين عليك المتوفين حديثا قد لا يكونون قادرين على الظهور لك بصريا بشكل متكرر . إنه يستلزم كمية هائلة من الطاقة بالنسبة للشخص المتوفى لكي يظهر في صورة شبح ، لذلك ربما قد ترى الشخص العزيز عليك المتوفى مرة في الشهر فقط ، على سبيل المثال . برغم كل شيء ، الناس المتوفين حديثا لا يستطيعون البقاء على سطح الأرض بشكل مستمر . لديهم عمل نمو سماوي يقومون به قبل أن يوظفوا كمرشد روحي دائم لشخص ما . لكن بعد أن تتآلف معه أو معها بصريا ، سوف تكون قادرا على أن تحس أو تشعر بوجودهم بسهولة أكبر . وكن مطمئنا أن عزيزك المتوفى دائما يسمع صلواتك ، رسائلك ، طلباتك ، وأسئلتك . إنهم أبدا لا يكونون بعيدا عن مدى السمع ، وعندما تنادي عليهم ، فإنهم يكونون معك بأكبر سرعة ممكنة لديهم .

رؤى ملائكة في كل يوم

تقول دورين ، رؤى الملائكة ليست محدودة على رؤية كائنات من السماء . الأرض مأهولة بملائكة كثيرة ، وبإمكانك رؤيتهم بسهولة بعينيك الماديتين في هذه الأيام . في

هذا الكتاب لقد ناقشت موضوع الملائكة الذين يتخذون شكلا بشريا . أحيانا هؤلاء الملائكة يظهرون لفترة وجيزة أثناء أزمة ثم يختفون بشكل غامض . في أحيان أخرى ، هؤلاء الملائكة يعيشون حياة بشرية كاملة في جسد بشري .

من ناحية أخرى ، ملائكة الأرض يتخذون أشكالا أخرى . جزء من نمونا الروحي يتضمن إنماء وتطوير وعي وإدراك للجمال والمحبة اللذان يتواجدان حولنا إلى الأبد .

اليوم ، تعهد بملاحظة الطبيعة الملائكية للناس في حياتك ، وأيضا في نفسك . عقليا لاحظ كل مرة ترى فيها عملا تتجلى فيه المحبة ، مهما كان دقيقا . إن رأيت طفلة تبعد الشعر عن عيناي أختها ، أو زميلا في العمل بشكل تلقائي يعرض مساعدتك في تقرير في اللحظة الأخيرة قبل تسليمه ، لاحظ هذه التصرفات الملائكية .

كلما طورنا عادة ملاحظة المعجزات " العادية " ، أصبحنا أكثر قابلية لأن ندرك المعجزات الاستثنائية . بتدريب عقلك وعينيك على رؤية المحبة فقط ، فإن جسمك وذاتك ككل سيبدءان في جذب أمثلة و شواهد أخرى من المحبة إلى حياتك .

ستجذب إليك المزيد من الملائكة الحارسة ، حيث أن الكائنات الملائكية (الأرضية والسماوية كليهما) تنجذب إلى نور الناس المحبين .

تعلم كيف نلاحظ الملائكة بيننا

لقد لاحظت أن الناس ذوي القلوب المُحِبة هم عادة أكثر من يحظون برؤى الملائكة ، والتجارب الروحية الباطنية الإيجابية ، والترتيبات التزامنية الرائعة للأحداث .

جزء من عملية التآلف مع ملائكة الأرض هو أن نفقد خوفنا من الناس الآخرين . على سبيل المثال ، أكد لنفسك أن الأغلبية العظمى من الناس الذين سوف تقابلهم سوف لن يؤذوك عن عمد أبدا . في الحقيقة ، الغرباء سوف يأتون لنجدتك في الحال إن لاحظوا أنك قد تعرضت للأذى أو المعاناة بأية طريقة . مجرد ترديد هذا التوكيد " كل واحد هو شخص صالح ، مثلي تماما ،" سوف يساعدنا على الاسترخاء مع الناس الآخرين . أيضا ذلك يساوق ويناغم نظرتنا بحيث أننا سنلاحظ عنصر الخير فينا . . . وفي الآخرين . وأنت ربما تعلم أن التوقعات الإيجابية سوف تلهم الناس الآخرين ليكونوا في أحسن أحوالهم عندما يكونون حولك . ألن تكون شخصا أكثر لطفا وسعادة عندما تكون مع ناس يحبونك ، ويحترمونك ، ويقدرونك بشكل واضح ؟

في السماء ، الجميع متعاونين و يعبرون عن محبتهم وعاطفتهم بصراحة شديدة . إنهم لا يتظاهرون ، أو يتخذون موقفا دفاعيا حذرا ، لأنه لا يوجد شيء يدافعون عنه . بإمكاننا أن نشعر بحق وكأننا في السماء ، محاطين بالملائكة ، إن نظرنا إلى عنصر الخير في كل شخص وكل موقف .

عندما تقود سيارتك في الشارع ، أتِح لنفسك أن تشعر بالعرفان بالجميل داخل قلبك لكل الناس الذين تراهم . اعلم أنهم إلى جانبك وأنهم فعلا سيتصرفون كملائكة حارسة لك إن

حدثت حالة طارئة بجوارهم . وبالنسبة لكل من نعرفهم ، واحد أو اثنين من الناس الذين تراهم في طريقك للعمل – أو حتى في العمل – قد يكونون ملائكة متنكرين .

اليوم ، كن عازما على ملاحظة الأفعال الملائكية التي يقوم بها الناس .لاحظ عندما يساعد شخص غريب شخصا آخر ، وعندما يبتسم شخص لشخص آخر ، وعندما يتيح سائق للسائقين الآخرين أن يعبروا قبله . لاحظ أفعالك الملائكية أنت تجاه الغرباء .

بتدريب عقلك وقلبك على ملاحظة ملائكة الأرض الكثيرة الذين حولك ، فإن قلبك سوف ينفتح على الملائكة الذين يعيشون في البعد السماوي . قلبٌ مُقِر بالجميل هو قلب غير خائف ، وكلما خلصت نفسك من الخوف أكثر ، كلما كان من المحتمل أكثر أنك سوف ترى ملائكة من جميع الأنواع حولك .

رؤى ملائكية سعيدة !

الملائكة وقضايا المراهقين

الله والملائكة هم مساعدين رائعين في ما يتعلق بالتحديات التي يقدمها أطفالنا المراهقين . كل ما ينبغي علينا فعله هو أن نطلب المساعدة ومن ثم نتبع نصيحتهم التي توقع الرهبة في النفس ، كما فعلت تلميذتي جاكي ساندرز :

ابن جاكي المراهق كان يواجه مشاكل فظيعة في المنزل والمدرسة ، وكانت جاكي منزعجة للغاية لدرجة أنها أصبحت مريضة . في يأس ، اتجهت لله طلبا للمساعدة . " أحتاج معجزة يا إلهي ،" قالت جاكي بعزم . " أحتاج منك أن تساعدني على مساعدة ابني في الحال ."

بعد دقائق قليلة ، سمعت جاكي صوتا واضحا يخبرها ، " اذهبي إلى مغسلة سيارات عائلة داني فورا ." جاكي كانت تعلم أن الإرشاد الإلهي أحيانا يأتي بطرق غريبة ، لكن هذه المرة تخطى القمة بكثير . " مغسلة سيارات عائلة داني ؟ " سألت . ثم ، تأكيدا على ما سمعت ، قال الصوت ، " نعم ، اذهبي إلى مغسلة سيارات عائلة داني فورا ... وأسرعي !"

وهكذا أسرعت جاكي إلى سيارتها ، ليست متأكدة تماما لماذا ، لكن متبعة أوامر الصوت بإذعان . حالما وصلت مغسلة السيارات ، أخبرها عامل المغسلة ، " سوف نشمع سيارتك ونجري لها غسيلا دقيقا بنصف السعر . " جادلته جاكي بأنه ليس لديها الوقت الكافي لفعل ذلك . قال العامل ، " أجل ، لديك ." لذلك استسلمت جاكي للموقف وسمحت لهم بإجراء غسيل دقيق لسيارتها .

بينما كانت جالسة منتظرة سيارتها ، رأت جاكي رجلا نائما في الزاوية ومعه كومة من الكتب ملقاة على بطنه . بإلقاء نظرة أكثر قربا ، رأت جاكي أنها كتب عن " علم نفس المراهق ." دون تفكير ، أيقظت جاكي الرجل وسألته عن اهتمامه بسلوك المراهقين .

هز الرجل رأسه مستيقظا وابتسم وهو يشرح كيف أن ابنه المراهق كان يوما ما مصدر متاعب . ثم اكتشف طبيبة نفسية حققت معجزات مع الأولاد المراهقين . الآن ابنه على ما يرام . هذه كانت الكتب التي أوصته الطبيبة النفسية بقراءتها .

ارتعشت جاكي من الإثارة . " أرجوك ، أعطني اسم الطبيبة النفسية !" ناشدته . حينما أعطاها الرجل اسم ورقم هاتف الطبيبة النفسية ، شعرت أن دعاءها بطلب المساعدة قد سُمِع وأجيب . قادت سيارتها عائدة إلى المنزل وهي تشعر بالطمأنينة ، وخططت أن تتصل بالطبيبة النفسية في الأيام القريبة القادمة لتأخذ موعدا لابنها .

في الصباح التالي ، استيقظت جاكي قرب السادسة صباحا . سمعت الصوت الباطني الذي نصحها بالذهاب إلى مغسلة السيارات . هذه المرة قال ، " اتصلي بالدكتورة الآن حالا ،" مشيرا إلى طبيبة المراهقين النفسية .

" لكنها الساعة السادسة صباحا فقط !" جادلت جاكي . " اتصلي بالدكتورة الآن حالا ،" كرر الصوت . " إنها ستغادر البلدة سريعا ، وينبغي عليك أن تتصلي بها الآن ."

ثقة بالإرشاد ، اتصلت جاكي بالطبيبة النفسية واعتذرت عن اتصالها في وقت مبكر جدا . لقد عرفت جاكي أنها قد أيقظت الطبيبة ، وخافت من أن تنفرها منها . عندئذ أوضحت جاكي سبب اتصالها ، " أرجوك ، أحتاج لأن أحجز موعدا لابني معك ."

" لكن أنا مغادرة إلى خارج المدينة هذا الظهر ." قالت الطبيبة ." بجانب ذلك ، أنا أعمل فقط مع خمسة مراهقين دفعة واحدة ، وأنا الآن لدي ستة ."

علمت جاكي أن إرشادها الإلهي ما كان ليقودها إلى هذه الطبيبة دون سبب ، لذلك أصرت ." لا أستطيع أن أشرح الأمر ،" قالت جاكي ،" لكني أعرف أنه من الضروري جدا أن يقابلك ابني في الحال ."

شيء ما في صوت جاكي أثر في نفس الطبيبة ، أو ربما أن الملائكة قد تدخلت . مهما يكن ، تنهدت جاكي في ارتياح عندما قالت الطبيبة ، " حسنا ، سوف أرى ابنك هذا الصباح في الثامنة والنصف . هذا هو الوقت الوحيد الذي لدي قبل أن أغادر في رحلة لمدة أسبوع ."

انتهى الأمر على اتخاذ الطبيبة ابن جاكي عميلا لديها ، وقد نجح وازدهر تحت رعاية الطبيبة . اليوم ، ابن جاكي سعيد ومتكيف بشكل حسن مع الظروف ، وهي شاكرة أن الله والملائكة قد قادوها إلى مغسلة سيارات عائلة داني كإجابة على صلواتها !

حب الابن الخالد

تقول دورين ، بعض من جلساتي الأكثر إيجاعا للقلب تتضمن التحدث مع الأبناء المتوفين لعملائي . لقد أجريت جلسات عديدة حيث الأبناء الذين ماتوا منتحرين شرحوا أسبابهم وقدموا اعتذارات غزيرة . لقد تحدثت إلى الكثير من المراهقين الذين ماتوا في

حوادث سيارات مأساوية . و قد ساعدت أبواي الأطفال المقتولين في فهم تسلسل الأحداث المحيطة بموت أبنائهم .

في أحوال كثيرة ، هذه القضايا تجعلني أبكي . هذه جلسة كانت بوضوح مثيرة للمشاعر ، حيث بها رجل شاب متوفى أرسل حبه لأمه التي على قيد الحياة .

جيني : هل ترين أي شيء بشأن ابني الذي مات ؟

دورين : ما هو اسمه ؟

جيني : روبرت .

دورين : حسنا ، روبرت ، روبرت . [أنا أردد اسم الشخص لأناديه من عالم الآخرة . بعد قرابة دقيقتين من مناداة روبرت ، رأيت رجلا شابا طويل القامة يظهر إلى جانب جيني .] هل كان طويلا ؟

جيني : نعم .

دورين : أنا أرى رجلا شابا طويل القامة يخطو إلى يمينك الآن . إنه فارع الطول ، مع وجه فتي . لباسه نوعا ما قديم الطراز . وجهه فتي جدا بحيث يصعب معرفة كم كان عمره . قد يكون مابين 18 و 25 عاما .

جيني : نعم ، هذا هو . لقد كان في الثانية والعشرين ومُعاق عقليا .

دورين : إنه بجوار جانبك الأيسر ، على الرغم من أنه ليس دائما معك . روبرت هادئ جدا وله طاقة ساكنة . إنه يقوم بحركة مشيرا إلى أنه مستمتع جدا على الجانب الآخر . إنه يريني صورة له وهو يركض . أنا لا أعلم ما إذا كنت تعرفين الكثير عن عالم الآخرة ، لكن يوجد الكثير من المستويات والطبقات . في بعض مناطق عالم الآخرة ، إنها تبدو تماما مثل المناطق الأكثر جمالا على الأرض .

الناس في عالم الآخرة يصنعون هذه الصور المشابهة للحياة على الأرض من صورهم الذهنية . روبرت يعيش في منطقة ذات طابع ريفي جدا ، وهو يريني نفسه يركض في حقل قمح وذراعيه ممدودتان وكأنه يطير .

جيني : لقد كان يحب المزرعة .

دورين : حسنا ، إنه يعيش في منطقة تشبه المزرعة في عالم الآخرة ، وهو يقول أنه ينعم بالحرية . إنه يقول ، " أمي ، لا تكوني حزينة ." هو يطبع حرف J ، أو إنه I ؟

هل روبرت يعرف كيف يكتب ؟

جيني : إنه يستطيع أن يكتب اسمه وقليل من الكلمات البسيطة .

دورين : آه ، حسنا ، إنه حرف I ، وهو يكتب ، " أنا أحبك I love you ."

تغيير العلاقات وطريقة الحياة الروحانية

على نحو واضح ، دراسة الروحانية قد تغير حياتك بطرق كثيرة مختلفة . إنها تدخلك على إمكانيات جديدة ، وتدخلات إعجازية ، وشفاءات . إنها أيضا تغير علاقاتك إلى حد بعيد .

موضوع العلاقات هو الهم الأكبر لهؤلاء الذين يتبنون طريقة حياة روحانية . قد تقلق ، " هل أصدقائي وعائلتي لا يزالون متصلين بي ، مع اهتماماتي الجديدة ووجهة نظري المختلفة حول الحياة ؟ " قد تجد نفسك فاقدا الاهتمام بأصدقائك القدامى وتتوق لصداقات جديدة مع ناس لديهم نفس طريقة تفكيرك .

أنت أيضا قد تكون قلقا حول كيف ستتفاعل عائلتك مع طريقة حياتك الروحانية . هؤلاء الذين تربوا على المفاهيم الدينية التقليدية قد يتلقون وابل من الانتقادات اللاذعة من أفراد العائلة الذين ينظرون للعلوم الغيبية والروحانية غير التقليدية بعيون مليئة بالخوف .

التغييرات محتومة ولا يمكن تفاديها عندما تفتح عقلك ، وقلبك ، وحياتك للعالم الروحاني . هذه التغييرات قد تكون تجارب رائعة جميلة إن أتحت لنفسك أن تثق بالعملية . إنها قد تكون أيضا مرعبة ومؤلمة إن تمسكت بشدة بما تعتقد أنه ينبغي أن تكون الأمور عليه ، أو إن خفت أن تفقد الناس . مخاوف كهذه كثيرا ما ثبت أنها تتحقق نتيجة لتوقع حدوثها .

لحسن الحظ ، الملائكة موجودين لإرشادك خلال هذه التغييرات و تمهيد الطريق .

تغيير طريقة التفكير ، تغيير الصداقات

" من خلال دراساتي الروحانية ، اتخذت بعض القرارات لتغيير حياتي ،" أحد الحضور المستمعين تسمى سيليا أوضحت لي . " في البداية ، قررت التوقف عن القيل والقال والحديث باستخفاف عن الناس . دراساتي الروحانية جعلتني أدرك أني حقيقة أؤذي نفسي كل مرة انهمكت في القيل والقال أو أنزلت من قدر أحد من الناس ."

سيليا كانت غير مرتاحة مبدئيا حول هذا القرار لأنها هي وأعز صديقاتها بانتظام انهمكوا في القيل والقال كتسلية جماعية . كيف ستتفاعل صديقاتها إن لم تنضم في الحديث ؟ لذلك ، طلبت سيليا إرشادا إلهيا حول كيف تعالج الموقف . ما استلمته ، من خلال المشاعر العاطفية الباطنية ، كان إجابة حقيقية لصلواتها .

" علمت أني سأساعد صديقاتي في تعلم أن ترك القيل والقال أكثر متعة من القيل والقال !" أوضحت سيليا . " برغم كل شيء ، نحن فعلنا هذا فقط لأننا اعتقدنا أنها أفضل طريقة لقضاء وقت ممتع . وهكذا ، تكلمت بصراحة ووضوح مع صديقاتي ذات ليلة

وقلت ، " انظروا ، هذا النوع من الكلام حقا يعيق تقدمنا جميعا . دعونا نتوقف عنه ، ونتعاهد على أن نقول شيئا إن سمعنا أي واحدة منا تبدأ في القيل والقال ."

" وهكذا ، كلما واحدة من جماعتنا بدأت تتحدث بطريقة سلبية عن أحد أو شيء ما ، أحد آخر في المجموعة سوف يطلق صيحة استهجان لاستدعاء انتباهنا إلى أن هذا من القيل والقال . ما وجدناه هو أن القيل والقال هو عادة قد وقعنا فيها جميعا ، واستغرق الأمر منا بعض الوقت للتوقف عن هذه العادة . كل واحدة منا تشعر أنها أفضل بكثير الآن حيث أننا نتشارك أشياء أكثر إيجابية عندما نتحدث ."

كما أشارت سيليا ، عندما نمر خلال تحولات سلوكية كنتيجة لطريقة حياتنا الروحانية ، إنها فرصة لنا لكي نكون معلمين لأصدقائنا وعائلتنا . هذا أسلوب حذر ومتوازن ، من ناحية أخرى . لا أحد – خصوصا أصدقاؤنا وعائلتنا – يريد أن يتلقى مواعظ أو محاضرات . أفضل طريقة لتعليم السلام هو عرضه من خلال أفعالنا . إن صرخنا على أصدقائنا أو عائلتنا ، " لماذا لا تكونون روحانيين مثلي ؟" سوف ينتبهون لسلوكنا ويسقطون من الاعتبار كلماتنا .

اطلب من الملائكة أن توجه أفعالك وكلماتك بحيث أنك تكون بحق معلم فعال للآخرين .

الشاكرات وقانون التجاذب

الإرشاد الإلهي الحقيقي لا يتحدث أبدا بلغة اللوم ، الشعور بالإثم أو الذنب ، أو ما إذا كان أحد ما على صواب ، أو على خطأ ، خيِّرا ، أو شريرا . وهكذا ، ملائكتك دائما تسعى لحل للنزاع في صالح كلا الطرفين . من ناحية أخرى ، إنهم يرشدونك أحيانا بعيدا عن علاقات ويساعدونك في إغلاق الباب على الصداقة التي الغرض منها قد تم .

إنهاء علاقة قد يبدو مرعبا لأي أحد ، لكن لهؤلاء الذين يسيرون على درب روحاني ، فإن هذه العملية قد تحدِث شعور بالذنب مضاعف . " من المفروض علي أن أساعد الناس وأكون شخصا محبا ،" أنت قد يكون لديك قلق . " هل أنا أتخلى عن صديقتي عندما أختار أن أقضي وقتا أقل معها ؟"

الحقيقة هي أنك قد تختار أن تقضي وقت أقل مع أصدقاء قدامى ، ووقت أكثر مع ناس جدد في حياتك . هذا لا يعني أنك تصدر أحكاما ، أو تنتقد ، أو تتخلى عن أي أحد . أنت لا تكون متكبرا أو تعزل نفسك . أنت ببساطة تتيح لنفسك أن تُوجَّه تبعا لقانون التجاذب الروحي .

نحن ننجذب للناس الذين طريقة تفكيرهم تعكس صورة طريقة تفكيرنا . هذا هو موضوع الاهتمامات المشتركة تخلق صداقات . حالما يتغير أسلوب حياتك ، فإنك بشكل طبيعي ستبحث عن ناس لديهم اهتمامات مشتركة معك . وحتى على مستوى أعمق ومستوى ما وراء الطبيعة الغيبي ، طريقة تفكيرك تؤثر في مراكز الطاقة في

جسمك ، التي تسمى " شاكرات . " كل شاكرا تتراسل مع موضوع مختلف في الحياة . الموضوع الذي نقضي أكثر وقت في التفكير فيه يحدد أي من شاكراتنا قد تم تنبيهها . إذن ، وكما من خلال رادار ، نحن نجذب وننجذب إلى الناس الذين لديهم طريقة تفكير مشابهة لنا .

الملائكة توضح أن الشاكرات ترسل موجات طاقة ترتد كجهاز سونار . عندما نقابل أحدا بنمط طاقة مشابه ، فإن طاقة شاكراتهم ترتد إلينا بطريقة تشعرنا بالارتياح . عندئذ نحن ننجذب إليهم ونكون مندهشين على نحو سار عندما نجد أن لدينا اهتمامات مشتركة معهم .

على سبيل المثال ، إن كنت تفكر بالمال والحماية أغلب الوقت ، فإن شاكرتك الأولى سوف تتأثر . هذه تسمى شاكرا القاعدة root chakra ، التي تقع أسفل العمود الفقري . مثل مغناطيس ، سوف تجذب ناس آخرين إلى دائرة صداقتك لديهم أيضا اهتمامات بالمال والحماية .

الشاكرا الثانية تسمى الشاكرا العجزية sacral chakra ، لها علاقة بشؤون الجسد . هذه الشاكرا تقع في منتصف الطريق بين السرة والعصعص . ناس ذو تحديات جسدية أو هواجس حول الوزن ، الشهوات الجسدية ، الصحة ، أو الإدمان سوف يكون لديهم شاكرا عجزية غير متوازنة . سوف تميل لأن تجذب وتنجذب إلى ناس آخرين ذي مشاكل جسدية .

المواضيع التي تؤثر بالشاكرا الثالثة ، و تسمى شاكرا الضفيرة الشمسية أو شاكرا فم المعدة solar plexus chakra تشمل المخاوف أو الهواجس حول القوة والسيطرة . هذه الشاكرا تقع في الجزء الأوسط من جذع الإنسان ، وراء السرة . إن كانت هذه المواضيع تحتل تفكيرنا كثيرا ، فنحن نجذب إلينا ناس لديهم نفس طريقة التفكير هذه .

الشاكرات الثلاث السفلى لها علاقة بالأمور الدنيوية . الرابعة ، أو شاكرا القلب heart chakra ، هي الأولى في مجموعة الشاكرات ذات العلاقة بالأمور ذات المنزلة الأعلى . ليس بمحض الصدفة ، الشاكرات ذات العلاقة بالأمور الروحانية تقع في المنطقة الأعلى من الجسم . شاكرا القلب ، تقع بالصدر ، تتعلق بالحب . أولئك الذين يعملون في أمور المَحَبة ، مثل المغفرة ، الحنو ، والعلاقات العاطفية ، يطلق عليهم " المتمركزين في القلب ." إنهم يميلون لجذب ناس محبين آخرين إلى حياتهم .

الشاكرا الخامسة ، تقع في منطقة تفاحة آدم (عقدة الحنجرة) وتسمى شاكرا الحنجرة throat chakra ، تتعلق بالاتصال والتعبير الخلاق . هؤلاء المعنيين بمشاريع تعليمية وفنية – خصوصا ذات طابع روحي – تحث طاقة شاكرا الحنجرة . هذه الشاكرا خصوصاً تنبه وُتحفز بأسلوب حياة مبني على الاستقامة والأمانة ، حيث أنت تناضل دائما لتنطبق كلماتك وأفعالك على حقيقتك الباطنية . بالتركيز على هذه الأمور ، أنت تجذب إليك ناس لديهم نفس طريقة التفكير .

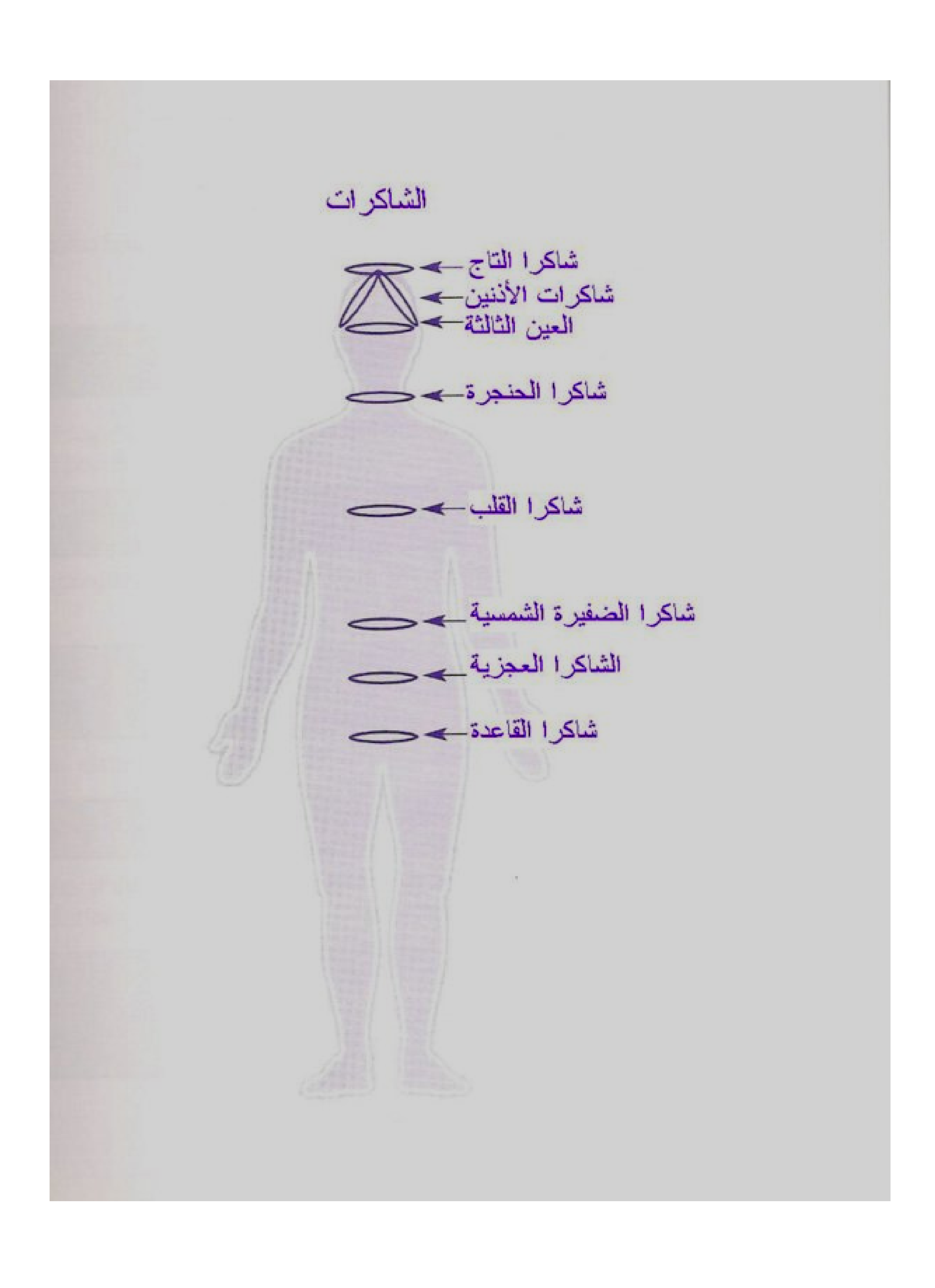
العين الثالثة third eye ، هي الشاكرا السادسة ، و تتمركز حول الرؤى والبصر الروحي . إن كنت تتخيل وتتأمل ، أو إن كنت بطبيعتك ذو بصر روحي صاف ، فإن هذه الشاكرا تصبح مفتوحة . سوف تجذب إلى حياتك ناس ذي اهتمامات ومقدرات روحية مماثلة .

شاكرات الأذن ear chakras ، تقع تماما فوق الحاجبين على الجانبين الأيسر والأيمن ، لها علاقة بالاستماع لعالم الأرواح . أولئك الذين يتأملون بهدوء ويتناغمون مع الرسائل القادمة من السماء فقد نبهوا وحفزوا شاكرات الأذنين ويميلون لجذب المستمعين الآخرين للرسائل السماوية .

في داخل أعلى الرأس يوجد شاكرا التاج crown chakra ، التيُ تنشط عندما يدرك الشخص أننا جميعا متحدين مع الله ومع بعضنا الآخر . شخص له طريقة التفكير هذه سوف يجذب بشكل طبيعي ناس بنفس طريقة التفكير الذين يتقاسمون معه طريقة حياته الروحانية .

لذلك ، دعنا نقول أنه في الماضي ، كانت أغلب أفكارك كانت متمركزة حول الأمور الدنيوية كالقلق حول المال أو الهواجس الجنسية . دائرة أصدقائك تقاسمت معك أفكارا مماثلة . بعدئذ حدثت لك يقظة روحية قادتك لأن تقرأ وتتأمل مواضيع سماوية . بفعل ذلك ، طاقة شاكراتك الرئيسية تحركت للأعلى . وعلى هذا النحو ، بدلا عن العمل على الشاكرا الأولى المتعلقة بالمال أو الشاكرا الثانية المتعلقة بالجنس ، أنت بدأت تعيش من خلال شاكراتك الرابعة المتعلقة بالحب أو الخامسة المتعلقة بالصدق .

حالما يحدث هذا التغيير ، فسوف تفقد بشكل طبيعي الانجذاب الذي شعرت به ذات يوم تجاه الناس الذين يعيشون من خلال الشاكرات السفلى التي منحتك طريقة تفكيرك السابقة . أنت إما أن تبدأ ترغب ، أو تبدأ بجذب ، ناس يتشاركون معك نفس الاهتمامات . من خلال قانون التجاذب – طالما أنت تحمل توقعات إيجابية – فإن أصدقاء جدد لديهم نفس طريقة تفكيرك سوف يدخلون حياتك .



الشاكرات
شاكرا التاج
شاكرات الأذنين
العين الثالثة
شاكرا الحنجرة
شاكرا القلب
شاكرا الضفيرة الشمسية
الشاكرا العجزية
شاكرا القاعدة

شفاءات ملائكية لأفراد العائلة

تقول دورين ،امرأة اسمها شيريل آن حكت لي هذه القصة عن كيف شفت الملائكة أختها وكلبها :

لقد استيقظت مبكرة ذات صباح لأصلي وأدعو لأجل أختي التي كانت تمر بمحن رهيبة في حياتها الشخصية . حتى كلبها كان مريضا . لقد دعوت لها ، ثم أطفأت لهب شمعة الدعاء . لكنها لم تنطفئ . حاولت مرارا أن أطفئها ، عندئذ أدركت ما الذي يحدث .

أغمضت عيناي وجلست بهدوء أمام وهج الشمعة . ثم أتيا إلي ، الملائكة الحارسة لأختي وابنتها وابنها – وحتى أيضا الكلب ! لقد كانوا واضحين جدا وقد أعلنوا أسماءهم وأهدافهم . أختي كان لها ملكان ، واحد عند كل جانب منها ، أحدهما ذكر ، والآخر أنثى . أسماؤهما كانت مايكل إدوارد Michael Edward و روث آن Ruth Ann .

لقد أرسلت رسالة إلكترونية إلى أختي لأخبرها بما رأيت . لم تكن إنسانة مؤمنة ، وبالتالي كنت قلقة من أنها سوف تضحك علي أو تغضب مني . برغم كل ذلك عرفت أن علي أن أخبرها . لقد لهَثت عندما أخبرتها بأسمائهم . لقد أخبرتني عن حلم رأته في الليلة السابقة : لقد كانت ملاحقة من جانب رجل وامرأة . لقد هربت منهم ، لكنهم استمروا في مناداتها ، قائلين ،"لا تهربي ، أنت بحاجة إلينا !" عندما بدأت تستيقظ ، سمعت نفسها تنادي على ما اعتقدت أنه اسم أو كلمة غريبة . قررت أن تكتبها لكي تتذكرها . الكلمة التي كانت تقولها بصوت عال أثناء نومها ، الكلمة التي كتبتها وهي في فراشها ، كانت ميرا(MERA) .

لقد طلبت مني أن أعيد عليها أسماء الملائكة . عندما أخبرتها ، مايكل إدوارد Michael Edward و روث آن Ruth Ann ، وهو ما رمزت إليه كلمة MERA ، لم أكن متأكدة من منا التي روعت أكثر ! (بالمناسبة كلبها الذي كان مشرفا على الموت لقد أحيط بكائنات ملائكية تشبه الطيور ذلك الصباح ، وهو بخير الآن !)

أختي الآن بخير . لقد كانت تعتبر نفسها ملحدة لسنوات كثيرة وهي الآن وسط يقظة روحية . كلبها العزيز شفي تماما . لقد كان وقتا مذهلا بالنسبة لعائلتها . على الرغم من أنهم مروا بصعوبات جبارة في السنة الماضية ، إلا أن حياتهم الآن قد غمرت بالمحبة والنور من الله وملائكتهم الحارسة .

كيف تساعدنا الملائكة في العالم المادي

تقول دورين ، كثيرا ما سُئلت ما إذا كان يجوز أن نطلب من الملائكة المساعدة في الأمور المادية . " هل يجوز أن أطلب منهم إيجاد موقف رائع للسيارة ؟" " هل أنا أضيع وقت الملائكة عندما أطلب منهم مساعدتي في شيء أستطيع فعله بنفسي بسهولة

؟" أو " ربما أن الله سيغضب إن سألته عن أشياء مادية أو أمور تافهة . " هذه من بين الهموم التي أسمعها عادة ، التعبير عن الخوف الذي يمنعنا من طلب المساعدة .

الله والملائكة لا يعملون كالأطباء الذين ينبغي عليهم أن يقرروا أي شخص لديه احتياجات أكثر إلحاحا . لسبب واحد ، الله والملائكة ليس لديهم حدود زمنية ومكانية ، وهكذا هم قادرون على مساعدة الجميع في وقت واحد .

إنها أيضا إرادة الله بأن تساعدنا الملائكة في إنجاز هدف ذاتنا العليا . الله والملائكة يدركون أنه إذا كانت عقولنا وجداول أعمالنا مشغولة بالقلق ، والهموم ، والمخاوف حول الأمور والاحتياجات المادية ، فلن يكون لدينا الوقت أو الطاقة لإنجاز هدفنا . الملائكة ليسوا هنا لمساعدتنا في بلوغ ترف حياة الأغنياء والمشاهير ؛ إنهم فقط يريدون أن يحرروا عقولنا من الهم أو القلق بحيث نصبح غير مقيدين .

إنهم أيضا يدركون أننا أحيانا نستعمل الأشياء المادية كأداة لتضييع الوقت الذي أنا أسميه تكتيك تأجيلي . هذا يعني أي نشاط يحول اهتمامك بعيدا عن إنجاز هدفك .

وهكذا ، الملائكة تندفع بقوة لتخفف همومنا المتضخمة بإفراط في ما يخص المواقف والأشياء المادية . أرجوك لا تسئ الفهم . إنهم لا ينقذوننا من عدم شعورنا بالمسئولية . نحن لن ننمو ونتعلم إن كانت تلك هي القضية .

تسهيل سبيلك

عندما تعمل مع الملائكة ، فإن أحد أول المهام التي قد يعينوها لك هي تنظيف منزلك ، ومكتبك ، أو سيارتك من الفوضى والركام . الملائكة تقول أن ممتلكاتنا تثقل علينا وأن الكثير من انتباهنا ينصب على اكتسابها ومن ثم حمايتها .

إن كنت قد شعرت مؤخرا بأنه قد حان الوقت لكي تتبرع أو ترمي أشياءك المركومة التي لم تعد تستعملها ، عندئذ اعتبر هذه الفقرة تأييدا إضافيا . حسب وجهة النظر المتعلقة بالطاقة ، فإن بيئة سكنك وعملك ستبدو أنظف بكثير وأكثر فعالية بدون الأشياء الزائدة .

كحساب تقريبي جيد عليك أن تتخلص من أي شيء لم تعد تستعمله في العامين الأخيرين . أغلب ملاجئ المشردين ستكون سعيدة باستلام أشياؤك التي لا تريدها .

بالتبرع بأشيائك ، فإنك أوتوماتيكيا تحدث القانون الروحاني للعطاء والاستلام . هذا يعني أن أشياء جديدة سوف تأتي إليك . فكرة رائعة هي أن تبقي التداول مستمرا بأن تتبرع بشيء كل يوم .

طاقة ممتلكاتك

صور كيرليان تظهر أن الأشياء المادية تتأثر بأفكار الناس القريبين منها . أحد المجموعات اللافتة للنظر من صور كيرليان أبرزت عملة معدنية أمسكها نفس

الشخص ، الذي عن عمد حمل انفعالات متعددة . لقد صورت العملة المعدنية بعد أن كان لدى الشخص الذي حملها أفكار غاضبة . ثم ، صورت نفس العملة المعدنية عندما كان لدى الشخص الذي حملها أفكار مُحِبة . الصورة التالية صورت العملة المعدنية بعد أن كان لدى الشخص الذي يحملها أفكار مخيفة . كل صورة أظهرت تغير واضح في حجم ، وشكل ، ولون "الهالة " أو مجال الطاقة حول العملة المعدنية .

تصوير كيرليان هو مثار جدل ، والعلماء لا يستطيعون أن يتفقوا في الرأي تماما حول " الذي " تصوره الكاميرا . برغم ذلك ، فإن هذه الصور هي وثيقة تظهر تغير واضح كوظيفة لأفكار الشخص الذي يمسك العملة المعدنية .

الأشياء فعلا تميل للاحتفاظ ببصمة الأفكار والمشاعر السائدة لمالكها . هذا أحد الأسباب لماذا أنا لا أشتري أبدا أشياء عليها تخفيضات . أنا أدرك أن الأشياء تحتفظ بطاقة الألم العاطفي و معتقدات مالك المحل في ما يخص الموارد المالية . أنا أفضل أن أدفع سعرا كاملا لشيء يحتفظ بتفاؤل مالك محل مزدهر .

من هي دورين فيرشو

هي طبيبة نفسية تعمل مع المملكة الملائكية . ذات بصر روحي صاف منذ سن الطفولة ، دورين تعلم الناس طرق عملية للعمل مع العالم السماوي لشفاء حياتهم . لقد ألفت كتبا كثيرة ، منها :

Healing with the Angels , Angel Therapy , Divine Guidance

وهي تعلم الناس كيف يرون ، يسمعون ، يحسون ، ويعرفون ملائكتهم الحارسة . مواعيد الحلقات الدراسية تظهر على موقعها : AngelTherapy.com .

إجراء حوار مع الملائكة

كثير من الناس يودون إجراء حوار مع ملائكتهم طلبا للنصيحة والمساعدة لكنهم غير مستعدين بعد للقيام بما يلزم لفتح شاكراتهم وإجراء الحوار بأنفسهم . دورين فيرشو كانت تقدم هذه الخدمة سابقا ، لكن الآن هي تدرس الكثيرين لكي يصبحوا قادرين على أداء هذه الخدمة للناس . من يدرس لديها ويأخذ تصريحا بالممارسة يسمى :

. Certified Angel Therapy Practitioner

يمكن مراسلتهم بسهولة ، حيث عنوان البريد الإلكتروني لكل واحد منهم موجود بموقع دورين فيرشو .

الممارس يقوم باستدعاء ملائكتك وتوجيه جميع الأسئلة التي لديك إليهم . سواء بوجودك أو دون وجودك ، فكثير من الممارسين ببساطة يرسلون الإجابات إليك بالبريد الإلكتروني . هذه الخدمة تسمى Angel Reading .

ما هي طاقة الحياة ؟

الظاهرة التي تسمى الحياة لها عنصرين أساسيين: الأول كيميائي حيوي ، بينما الآخر يتعلق بالطاقة . هذين المظهرين يمكن أن يتواجدا منفصلين ، لكن ليس في صورة مدركة كما الحياة على كوكب الأرض . الطاقة تنفخ الحياة في المادة بأن تخترقها وتتغلغل فيها . انسحابها من الجسد يعلن ويشير إلى الموت السريري(عندما لا يظهر أي نشاط على جهاز تخطيط الدماغ و جهاز تسجيل نبضات القلب) . الموت السريري يبدأ عملية تحلل الجسد إلى الجزيئات الكيميائية الحيوية الأكثر صغرا .

جميعنا مكونين من هذين العنصرين الأساسيين – المادة الكيميائية الحيوية والطاقة . الطاقة التي تتغلغل أجسام البشر والحيوانات والنباتات تسمى بيوإنرجي bioenergy – طاقة الحياة . هذه القوة تحيط كل خلية مثل سلك مصغر ، مُجهِّزة طبعة زرقاء (صورة بسيطة) للجسم المادي وتعمل أيضا كوسط لتدفق المعلومات في جميع أنحاء الجسم . طاقة الحياة أيضا تمتد خارج الجسم المادي ، خالقة مجالات مغناطيسية كهربائية منخفضة التردد حولنا (بالإضافة إلى مجالات الطاقة الرقيقة الأخرى التي لم يسلم بها علميا بعد) . في سياق أكبر ، طاقة الحياة هي عنصر أساسي متعذر فصله من الطاقة الكونية .

المعالج البارع بطاقة الحياة بيوإنرجي يستطيع أن يكشف هذه المجالات ، بالإضافة إلى تدفقات الطاقة داخل الجسم . كل شيء يحدث للجسم المادي ينعكس على تدفقات الطاقة به والعكس بالعكس . بإعادة هذه التدفقات والمجالات إلى حالتها السوية ، فإن المعالج بطاقة الحياة ينبغي أن يكون قادرا على إعادة التوازن بين العنصر الكيميائي الحيوي و عنصر الطاقة ، مسببا تحسنا في الصحة .

قبل بدء تدريبهم ، يحتاج التلاميذ بعض المعلومات الأساسية عن تاريخ الظاهرة المسماة العلاج بالطاقة . نحن جميعا نعلم أن القصص التي تصف علاجات غير اعتيادية تمتد إلى أعماق الماضي بقدر الوجود الإنساني ذاته . لقد ورثت من جيل إلى جيل ، في كل الحضارات وفي كل قارة . لسوء الحظ ، الأجيال الطبية القادمة الآن ، أي هؤلاء الذين يدرسون الطب حاليا في الوقت الحاضر ، يعرفون القليل جدا عن هذا التاريخ . في مستهل دراساتهم الطبية ، إنهم مجرد يتعلمون أن الطب نشأ في اليونان ، وأن اليونانيين كانوا المصدر الرئيسي للمعرفة الطبية .

الحقيقة الواضحة أن المعتقدات الطبية الأولى تعود إلى الوراء آلاف من السنين إلى فترة مجد مصر القديمة ، آشور، بابل ، بلاد ما بين النهرين ، الهند ، الصين ، المكسيك وبيرو قد أبقيت في حيز السرية . ليس صحيحا أننا لا نملك أية معلومات عن طب هذه السنين الممعنة في القدم . علم الآثار القديمة ، وعلم الإنسان (الإنثروبولوجيا) وقصص البحارة ، بالإضافة إلى روايات التجار ، والمبشرين والرحالة الأوائل من

أوروبا ، قد زودتنا بالكثير من المعلومات القيمة عن الإجراءات الطبية المعقدة التي أديت بنجاح منذ مئات وآلاف السنين . في هذه الأيام ، المزيد والمزيد من الكتب الطبية قد تم ترجمتها عن لغات ولهجات بعيدة عن لغاتنا ولهجاتنا ، جغرافيا وثقافيا ، حيث منها نستطيع أن نكتشف وفرة من المهن و الممارسات الطبية المبنية على الروابط الحميمة للناس مع الطبيعة .

كان دائما يوجد فهم واسع أن سلامة الجسم مرتبطة بشدة مع الصحة النفسية ، والتوازن العاطفي والقيم الروحية ، وأن العافية هي انعكاس للبيئة التي يعيش فيها الشخص .

لآلاف السنين ، ناس من ثقافات وعقائد مختلفة قاموا برسم هالات حول رؤوس وأجسام الأشخاص الذين يمتلكون " قوى خاصة " – من بينها قوى الشفاء . ستكون مخطئا إن اعتقدت أنها رسمت فقط حول القديسين المسيحيين ، على الرغم من أنها بشكل شائع قد لازمت مريم أم المسيح ، والشخصيات المسيحية المهمة الأخرى في أغلب الصور الزيتية القديمة . المسيح إلى حد نموذجي كان قد صور ليس فقط مع هالة حول الرأس hallo وهالة حول الجسم aura لكن في مرات كثيرة أيضا مع أشعة متوهجة تشع من يديه . كتب العهد القديم ذكرت تكرارا وجود نور يحيط بمجموعة متنوعة من الشخصيات البارزة . في الهند والتيبت ، هالة مضيئة يمكن رؤيتها في صور ممارسي اليوغا ، والنساك البوذيين و جميع الآلهة . بوذا كان قد ُصوِّر ليس فقط مع هالة تحيط بجسمه ، لكن مع جميع مزايا الشخص الذي تطور تماما من ناحية الطاقة ، أي مع تصوير جميع الشاكرات (مراكز الطاقة) .

رؤوس الملوك والقساوسة والمحاربين الجديرين بالتقدير المتوجة بذوق فني رفيع ، بالإضافة إلى غطاء الرأس الزيني للزعيم الهندي الأمريكي ، كلها ترمز إلى هالة الرأس هذه . المتصوفين الهندوس وأهل التيبت يسمونها شاكرا التاج المتطورة تماما ، أو الشاكرا ذات ألف بتلة .

لسوء الحظ ، بمرور القرون هذا التصوير لمجال الطاقة للإنسان قد فقد معناه الرئيسي . في كتابه Future Science وضع جون وايت قائمة بسبعة وتسعين حضارة مختلفة وصفت فيها الهالة بسبعة وتسعين طريقة مختلفة . على الرغم من الاختلافات ، إلا أن كل وصف أشار إلى إظهار نور أو وهج ذي وميض . هالة الرأس ، وهالة الجسم ومن ثم كل الأشياء المقلدة لهما رمزت إلى التفرد والقدسية ، مميزة الشخص الذي يمتلكهم عن هؤلاء الذين لا يمتلكونهم . من ناحية أخرى يوجد فرق رئيسي بين هالة الرأس والأشكال الأخرى لتتويج الرأس . هالة الرأس استخدمت لتدل على فضيلة الشخص وأعماله الصالحة ، وفي كل الثقافات كانت علامة واضحة على التطور الروحي . مع التيجان وأدوات تزيين الرأس الأخرى الموضوع كان في أحوال كثيرة مختلف تماما . طالما أن حلي وزخارف الحكم يمكن الاستحواذ عليها من قِبَل هؤلاء الذين ليس لديهم إحساس بوخز الضمير ، فهي لن تكون أكثر من تقليد سوقي لرموز كانت يوما ما مقدسة . على الرغم من أن التاج في البداية كان يدل على القلب المُحِب ، اللطف ، المغفرة ، الحكمة و رقة الشعور ، التي مبدئيا تعني مستوى عال من التطور الروحي .

وفقا لبعض أتباع فلسفة اليوغا ، الناس الأوائل الذين توجوا لم يستطيعوا تقبل حقيقة أنهم لا يمتلكون فضائل كهذه ، وفي نفس الوقت ، لم يكن لديهم رغبة لاكتسابها .

في كثير من هذه التقاليد القديمة ، المعنى الرئيسي لكلمة " طاقة " كان ولا يزال قوة الحياة البدائية أو طاقة الحياة . هذه الطاقة تملأ وتحيط بكل الناس بالإضافة إلى البيئة . تبعا لهذه الرؤية للكون ، قوة الحياة تنفخ الحياة في المادة وتخلق الحياة ؛ بمعنى آخر ، ُتخلق الحياة عندما الطاقة تتخلل وتخترق المادة غير الحية .

في اليونان القديمة طاقة الحياة كانت تسمى نوما pneuma . في الهند مصطلح اللغة السنسكرتية هو برانا prana و شاكتي shakhti . في التيبت ، هذه الطاقة سميت ca , lung ,tikle . في مصر القديمة سميت ka . في الصين ، كان اسمها chi أو ki . في اليابان ، سميت طاقة الحياة ki . في اليهودية تسمى manna . في هاواي ، هذه الطاقة تسمى mana و ka . في دول أمريكا اللاتينية تسمى sha .

التقنيات ذات الشعبية اليوم ، مثل المعالجة الاستقطابية polarity للدكتور راندولف ستون والمعالجة الجمجمية – العجزية cranial-sacral للدكتور جون أبليدغر (أساليب مبنية على مفهوم تدفق الطاقة ومجالات الطاقة) ،ُتعرض في مكاتب الأطباء بتكرار أكثر وأكثر . أسلوب اللمسة العلاجية Therapeutic Touch ، نظام علاجي بالطاقة طورته البروفيسورة دولوريس كريغر ، له شعبية بين الممرضات في الولايات المتحدة الأمريكية وكثير من البلدان الأخرى .

طاقة الحياة بيوإنرجي Bioenergy مشهورة جدا في أوروبا ، وهي أيضا تنمو في الولايات المتحدة . الفنون القتالية في الشرق الأقصى (ممارسة الحركة والطاقة) مثل الأيكيدو ، و التاي شي ، والكونغ فو ، والكاراتيه ، معروفة في جميع أنحاء العالم . الضغط على نهايات الأعصاب لتحرير انسداد الطاقة acupressure ومساج الشياتسو ، كلاهما مبني على الضغط على نقاط الطاقة في الجسم ، تسجلان أرقاما قياسية من حيث شعبيتهما في منتجعات المياه المعدنية وصالونات التجميل . الشي غونغ خرجت عن القيود الصينية وهي الآن تزدهر في الشرق والغرب . تشابهها مع المعالجة بطاقة الحياة بيوإنرجي Bioenergy مذهل بشدة .

هل ينبغي أن ُتعتبر هذه الطرق العلاجية كمهن طبية ؟ تبعا للتعريف المعاصر للمهنة الطبية ، الجواب هو لا . هل لها منافع علاجية ؟ عند الحكم من خلال النتائج ، بالتأكيد لها منافع ! تدريجيا يصبح من الواضح أن الطب العادي قد غفل شيئا ما .

في الغرب ، مفهوم العلاج بالطاقة الشمولي أو علم الذبذبات العلاجي الذي ظهر مؤخرا مبني على فرضية أن الإنسان والبيئة المحيطة به تتركب من أشكال عديدة من نفس الطاقة – من الكثيفة جدا إلى الرقيقة جدا . عند النظر إلى صحة شخص ما ، فإن المعالجين يأخذون بعين الاعتبار عوامل كثيرة غير متصلة ظاهريا ، مثل فصول السنة ، أوجه القمر ، الأعاصير الشمسية ، المناخ والطقس . طالما أننا جزء من الطبيعة ، فإن علم الطاقة العلاجي يرى انفصالنا عنها كبداية للمرض . إنه يعطي الكثير من

الاهتمام للبيئة الصحية ، الماء العذب ، الهواء النقي والأغذية غير الملوثة . وفقا لهذه الطريقة العلاجية ، الناس يخلقون طاقة ليس فقط من خلال استهلاك الطعام (أي عملية الأيض) ، لكن أيضا أثناء التنفس عندما تؤخذ الطاقة سويا مع الهواء . كما في الشرق الأقصى ، علم الذبذبات العلاجي vibrational medicine يعتبر هذه الطاقة كخاصية لا غنى عنها لصالحنا على المستوى الجسدي ، والعاطفي ، والعقلي ، والروحي . هذه الطريقة العلاجية تعتبر عمل المعالجين بالطاقة قيم للغاية في الوقاية ، والتشخيص ، والشفاء من المرض .

في سياق أكبر ، العلاج بطاقة الحياة بيوإنرجي ينسجم تماما مع هذا النموذج الجديد من الطب . إنه نوع من الفن ، كما كان الطب في فترة ما من الزمن الماضي ، حيث يعتبر كل إنسان كفرد قائم بذاته ويتعامل مع الشخص ككل وليس مجرد أمراض معينة .
تماما كفن ، العلاج بطاقة الحياة مبني على البصيرة ، والإبداع ، والحس الباطني .
على الرغم من أن له قواعد محددة ، إلا أنه يتطلب تفكيرا حرا . إنه يستلزم سنوات من الدراسة والممارسة قبل أن يحصل المعالج على التقدير .

المعالجين بطاقة الحياة يعملون على تدفقات الطاقة الداخلية والخارجية دون مس الجسم حقيقة . لقد تعرفوا على أربع مستويات متميزة لتدفق الطاقة الداخلي : العظام والمفاصل ، الدورة الدموية ، الجهاز العصبي و الجلد . في هذا الخصوص العلاج بطاقة الحياة مشابه جدا للنظام الصيني للعلاج بالطاقة المسمى شي غونغ Chi Gong . تدفق الطاقة في أي من هذه المستويات قد يكون بطيئا ، مكتظا ، ضعيفا ، أو مسدودا ، كنتيجة لعظام مكسورة ، مفاصل مجروحة أو متضررة ، أعصاب مقطوعة أو متضررة ، دورة دموية ضعيفة ، جلد متضرر أو غير نظيف ، وهلم جرا . تغذية حمضية أو قلوية أكثر من اللازم يمكن أيضا أن تسهم في اختلال توازن الطاقة . نحن أيضا نتأثر بالمواقف التي تسبب ضغطا نفسيا ، عندما يكون الجهاز العصبي غير قادر على التعامل مع مستوى الضغط النفسي على نحو كاف ، وتتداخل إشارات كهربائية من الدماغ مع تدفق الطاقة .

عندما ُيعاق ، يضعف ، أو يكتظ تدفق الطاقة بالجسم ، فنحن نتعامل مع تدفق غير صحيح للمعلومات . كما نعلم ، الناقلات العصبية على الدوام تزود كل خلية بمعلومات من الدماغ ، وأيضا تحمل معلومات من الخلايا إلى الدماغ . تبادل المعلومات المستمر هذا الذي يحدث داخل أجسامنا يحدث تحت سطح الوعي وهو كيميائي حيوي وكهربائي بطبيعته . الاضطرابات في قناة واحدة يؤدي بثبات إلى اضطرابات في قناة أخرى . إن استمر هذا الوضع لفترة أطول ، فإن نظام المعلومات بأكمله يضطرب في المنطقة التي تظهر بها المشكلة . الخلايا تفقد قدرتها على الاتصال ببعضها الآخر ، وأيضا مع مراكز القيادة في الدماغ . الاضطرابات التي تؤثر على تدفق المعلومات داخل الجسم لها نفس تأثيرات الاضطرابات في المعلومات في أي نظام منظم آخر – خلق الفوضى ، الذي يسبب انحلال وتحطم النظام . في هذه الحالة الفوضى كثيرا ما تظهر كمرض .
وهكذا ، المرض قد يحدث بسبب اضطراب تدفق الطاقة في الجسم .

كما ذكرنا سابقا ، العلاج بطاقة الحياة بيوإنرجي هو طريقة علاجية بدون ملامسة الجسم ، تعمل على الطاقات الداخلية والخارجية . من ناحية أخرى ، كل معالج (معالج بالتدليك ، معالج تقويم العظام ، إلى آخره) يمس الجسم مع نية المساعدة هو يستخدم العلاج بالطاقة ، بغض النظر ما إذا كان ذلك برغبته ، أو حتى بإدراكه . ألسنا نشعر بالحيوية بعد أن يُجرى لنا تدليك ، حيث أنه يزيل انسداد الطاقة من المفاصل المتيبسة ، ويساعد على تحريكها بشكل أسرع من خلال الدم ، والأعصاب ، والجلد ؟ نستطيع أن نتحرك بسهولة أكثر ، ونشعر بالدفء والاسترخاء ، وبشرتنا تبدو ناضرة . يوجد أدلة غير محدودة على أن التدليك كان أساس الطب الوقائي في كل الحضارات القديمة . لقد ُوجدت أوصاف ورسومات على أوراق البردي ، و الرسومات القديمة ، و الصور الزيتية القديمة ، والكتب الطبية القديمة . الأشكال الأخرى المهمة للمهن و الممارسات العلاجية القديمة بالطاقة تشمل العلاج بالزيوت العطرية aromatherapy ؛ الاستحمام لتنظيف الجلد وتنشيط الدورة الدموية hydrotherapy ؛ الضغط على نهايات الأعصاب لتحرير انسداد الطاقة acupressure ؛ استخدام الإبر لتحفيز تدفق الطاقة خلال الأعصاب acupuncture ؛ استخدام الطاقة (chi , pneuma , prana) ، استخدام الأعشاب herbology .

حيث أن الطرق العلاجية المذكورة بالأعلى قد تم ممارستها أولا ، فإن الطب قد تطور بشكل جبار ، مقدما حلولا جديدة غير معدودة ومطيلا حياة الكثيرين . في نفس الوقت ، التركيز الرئيسي انتقل من الوقاية إلى مجرد معالجة الأعراض . تطوير علم العقاقير الكيميائية حل محل استخدام الأعشاب والطرق العلاجية الطبيعية الأخرى . الآثار الجانبية والسمية لكثير من العقاقير ظهر أنها تسبب نتائج معاكسة . تطوير تخصصات دقيقة يؤدي إلى تشخيص أسرع ، لكنه يدع كثير من الاختصاصيين ينسون أنهم يتعاملون مع إنسان كامل ، وليس مجرد عضو واحد في جسم المريض .

مع الارتفاع المستمر في تكلفة العلاج الطبي والعقاقير ، فليس من العجيب أن الاهتمام بالأساليب العلاجية البديلة في ارتفاع وتزايد . في رأينا ، ينبغي أن ُتسمى بشكل أكثر دقة كمكملة أصح من بديلة . نظرة دقيقة تكشف أن كل هذه الأساليب العلاجية قد تم ممارستها في الماضي ، على الرغم من أنها في الوقت الحاضر قد يكون لها أسماء معاصرة . كلها لها هدف مشترك : إزالة التدفقات غير الصحيحة للطاقة في الجسم ، وبذلك المحافظة على التدفق الصحيح للمعلومات في الأجهزة الحية لأجل تعزيز الصحة والحيوية . عندما ُتمارس بشكل صحيح فإنها لا تنتج أعراضا جانبية أو تفاعلات ُسمية . بلغة طاقة الحياة بيوإنرجي Bioenergy نقول أنها تحرر تدفق المعلومات في المكان الأصلي لظهور الانسداد ، دون خلق مصادر جديدة للانسداد . نحن كثيرا ما نتساءل هل هي مصادفة أن الكثير من الاكتشافات الجديدة عن نظام معلوماتنا الداخلي تحدث في عصر المعلومات ! الحكمة الخفية من الماضي الآن لديها فرصة لأن ُتدعم بالعلم المعاصر . نحن فعلا نعيش في عصر مشوق جدا !

تحكي مارغريت عن ميتك عندما اكتشفت أمه أنه يستطيع التأثير بطريقة إيجابية على صحة أخته . لقد كان ذلك أثناء الحرب العالمية الثانية وكانت أخت ميتك تعاني من نوبات ربو حادة جدا . ميتك في ذلك الوقت كان بين الرابعة و الخامسة من العمر . كلما تعرضت أخته آن لنوبات الربو هذه ، و طلب من ميتك أن يأتي ويجلس ويمسك يدها ، فإن أزمة الربو تقريبا تنتهي في الحال . وهذا كان يحدث بانتظام . كان يوجد فقط طبيب واحد في بلدة صغيرة حيث عاش ميتك ، وهو لم يكن دائما قادرا على المجيء لكل الناس الذين يحتاجونه . لم يكن يوجد مختبر . كما قلت لقد كان ذلك وقت حرب ، لذلك وجود ميتك كان له تقدير كبير جدا جدا ، كلما تعرضت آن لنوبات الربو تلك . و ذات يوم ، أسرة ميتك لم تستطع إحضاره ، وكانت آن تسوء حالتها أكثر وأكثر ، وأحدهم كان قادرا على إيجاد طبيب . وهكذا أحضروا الطبيب إلى الغرفة وفي نفس الوقت شخص ما وجد ميتك الذي ركض إلى الغرفة . ورأى الطبيب المشهد الذي لم يره من قبل أبدا ؛ نوبة ربو حادة جدا ، وهذا الولد الصغير يأتي ويجلس قرب أخته ويمسك يدها ، وأزمة الربو تنتهي في لحظات . سأل الطبيب ميتك : ماذا كنت تفعل ؟ قال ميتك : أنا فقط رأيت تلك الغيوم المظلمة تأتي إليها وتجثم على صدرها وحول رأسها ، وهذا يحدث كلما أصبحت مريضة حقا ، وكلما أتيت ترحل هذه الغيوم . ولفترة كان ذلك هو الشيء الوحيد الذي استطاع ميتك أن يقوله . بالطبع هو كطفل لم يكن يفهم ما كان يفعله ، وفي الدرجة الأولى هو كان فقط يصف ما يراه وليس ما كان يشعر به . في ما بعد أتى الكثير من الحس في جسمه ، وفي يديه ، حول ما كان يحدث للناس المرضى على مستوى الطاقة . أنتم تعرفون الآن أنها الطاقة ، في ذلك الوقت لم يكن أحد بالطبع يسميها الطاقة ، لم يكن أحد يسميها طاقة الحياة بيوإنرجي bioenergy ، والناس فقط اعتقدوا أنه طفل استثنائي موهوب يستطيع مساعدة الناس بمشيئة الله . في تلك الليلة سأل الطبيب والدة ميتك إن كانت ستوافق على يأخذ ميتك من حين لآخر لزيارة مرضاه ، خصوصا أولئك الناس الذين كانوا مريضين بالفعل وهو لم يكن قادرا على وضع تشخيص صحيح لهم لأنه لم يكن يوجد مختبر كما أخبرتكم . وهكذا وافقت ، ولقرابة سنتين كان ميتك يذهب مع الطبيب على الأقل مرة بالأسبوع لرؤية أحد ما . ومرة أخرى كل ما كان يستطيع قوله : أستطيع أن أرى الغيمة ، أو أستطيع أن أرى هذا الشيء الوسخ يجثم هنا أو يجثم هناك ، ثم عندما يكون موجودا لفترة فإن الغيمة تتلاشى ؛ تختفي . بعد فترة أدرك الطبيب أن المكان الذي يشير إليه ميتك ، المكان الذي كان يرى به الغيمة ليس بالضرورة المكان الذي يظهر به المرض نفسه ، وإنما كان تقريبا دائما المكان الذي نشأ منه المرض . وهذا كان مفيدا جدا في ذلك الوقت أيضا ، بالإضافة إلى حقيقة أن الناس بالتأكيد شعروا بالتحسن بعد هذه الزيارات . بعد انتهاء الحرب العالمية وكان ميتك عمره تقريبا سبع سنوات بالطبع هو التحق بالمدرسة مثل باقي الأطفال الآخرين . وهو لم يكن سعيدا جدا في المدرسة لأنه كما تعرفون الأطفال بذلك السن لا يحبون أن يكونوا مختلفين عن الآخرين لذلك لم يستطع أن ُيكوِّن صداقات عديدة . وقد كانت بلدة صغيرة ، وبالتالي تقريبا كان الجميع يعرف عن هذا الطفل الاستثنائي . الأطفال لم يكن يعجبهم ذلك . لكن المعلمين أدركوا أنهم يستطيعون

استخدام ميتك كمهدئ ممتع من نوع خاص ما داموا قد لاحظوا أنه كلما كان ميتك في الفصل فإن التلاميذ يكونون هادئين للغاية . لم يكونوا بالضرورة أفضل التلاميذ لكنهم كانوا هادئين جدا . وبالتالي كان المعلمين ينقلون ميتك من فصل لآخر كمهدئ وبالطبع ميتك كان يكره ذلك والأطفال لم يكن يعجبهم ذلك وهكذا مرة أخرى أصبح هو طفلا وحيدا . وفي الحقيقة كان طفلا مشوقا تماما حيث بذلك العمر كان في الدرجة الأولى مهتما بعلم الفلك . وهو شيء لم يكن ُيدرَّس بالمدرسة وهو كان يسأل الكثير من الأسئلة التي لم يكن يحبها المعلمين لأنهم لم يكونوا يعرفون كيف يجيبون على هذه الأسئلة .
يوجد الكثير من الأشياء المشوقة للغاية في حياة ميتك . إخباركم عن حقيقة أنه يستطيع رؤية الغيوم ، أو الأشكال التي حول الناس المرضى ، وحقيقة أنه يستطيع التأثير على الأطفال الآخرين في المدرسة في الحقيقة لم يكن مفهوما في ذلك الوقت الذي حدث فيه ذلك . لكن لقد تم فهمه بشكل أكبر ، وبشكل أفضل الآن خصوصا على ضوء الأبحاث التي تم إنجازها والتي شارك فيها ميتك . وهكذا نحن نعرف أنه كلما كان الناس حول ميتك فإنهم يشعرون باسترخاء أكثر وأحيانا يشعرون بأنهم تقريبا نعسانين . إن جلستم معه للتأمل فإن الكثيرين منكم تدريجيا سيغلبهم النعاس وينامون . إنها حالة بين ما يشبه الأحلام والاسترخاء ، لكنها الاسترخاء . نحن علمنا أنها تحدث لأنه يوجد تزامن ممتع بين موجات دماغ ميتك وموجات دماغ الناس الذين يعمل معهم . وكنتيجة طبيعية لتواجده هنا فإن التلاميذ يصبحون مسترخين أكثر وأكثر ، وهذا ما سيحدث لكم .
ولتفادي حالة الوقوع تقريبا في النوم قررنا منذ سبعة عشر عاما على تقسيم الفصل إلى أجزاء ، وكما ترون فإن الفصل قد صمم بحيث يكون لديكم وقت للتأمل ثم نشاط طاقة عملي جدا ثم تأمل ثم نشاط طاقة عملي . وهكذا سيوجد تغيير ، الكثير من التغيير من نشاط واحد إلى آخر لأجل في الدرجة الأولى أن نبقيكم يقظين ومنتبهين طوال الوقت .

أول الأشياء أولا

عند الالتحاق بالفصول الدراسية للتمرين على العلاج بطاقة الحياة Bioenergy فسوف تتعلم كيف تكتسب هذه المهارات :

- تحسس تدفقات الطاقة داخل وخارج جسدك المادي
- التحكم بهذه التدفقات وتوجيه الطاقة إلى المكان الذي يحتاج إليها
- تحسس مجالات الطاقة للناس الآخرين
- رؤية مجالات الطاقة حول نفسك وحول الناس الآخرين
- مزامنة النفس مع تدفق الطاقة لكي تكون قادرا على العمل مع كثير من الناس دون أن تصبح مرهقا
- حماية جسدك من التقاط طاقات الناس الآخرين

• تعلم كيف تتفادى التأثير المباشر لعواطف الناس الآخرين

التنفس الصحيح

أغلبنا يقضي الكثير من وقته في أماكن مغلقة ، حيث حتى مع وجود التهوية ، فإن الهواء بعيد عن أن يكون نقيا . نحن ننسى ليس فقط أننا نحتاج إلى نشاط بدني يومي ، لكن أيضا كمية غير محدودة من التمارين البدنية في الهواء الطلق . الهواء النقي يمدنا بالأكسجين بكمية أكبر مما قد يتواجد في أي غرفة تمارين بدنية . نحن في نفس الوقت نحصل على الطاقة الحية التي تسمى أيضا (bioenergy , chi , shakhti , mana , prana) . عندما يدخل الجسم المزيد من الأكسجين والطاقة فإن ذلك يُسرِّع ويحسن النظام المتعلق بالأيض ، يهدئ الجهاز العصبي ، يعزز القوة والحيوية ، ويحسن الصفاء الفكري . في نفس الوقت ، أداء التمارين البدنية في الهواء النقي يسهل نقصان الوزن وبشكل عام يجعلنا نشعر بأننا في صحة أفضل .

عندما نستنشق بشكل صحيح ، فإن الصدر بكامله يرتفع مع جميع الأعضاء الداخلية في الجزء الأعلى من الجسم . أثناء الزفير يندفع ويتمدد الحجاب الحاجز تجاه الرئتين ، ويحرك الأعضاء الداخلية الواقعة أسفل الحجاب الحاجز . ببساطة من خلال عملية التنفس فإن أعضاءنا الداخلية تتلقى تدليكا لطيفا مستمرا ، مما يساعد على إبقائها سليمة ومتمتعة بالصحة . مع التنفس الصحيح ، فإن جهازينا الهضمي والإخراجي لا يحتاجون لمساعدة حبات الدواء . إن أضفت التنفس إلى المشي والتفكير الإيجابي ، فإنك سوف تتفاجئ كثيرا عندما ترى كم من المشاكل الصحية قد تختفي من حياتك إلى الأبد .

متوسط عدد الأنفاس في الدقيقة هو 16 إلى 18 . إن أبطأت التنفس إلى 10 أو 12 نفسا في الدقيقة فإننا لا نكون قادرين على أن نصبح غاضبين أو مثارين . في الحقيقة كل الحضارات المعروفة لديها أمثال تُضرب في ما يتعلق بالنفس والغضب . ألم نُعلمَّ جميعا " عد إلى العشرة قبل أن تستجيب للغضب " ؟

عندما يبطأ النفس إلى 10 أنفاس في الدقيقة لقليل من الوقت كخمس دقائق فإن الجسم يسترخي بعمق وعملية التفكير تصبح صافية جدا . إن أمكن إبطاء النفس أكثر إلى مدى أبعد ، إلى 3 أنفاس في الدقيقة ، فإن الجسم يبدأ في دخول حالة عقلية – جسمانية من الانسجام والتناغم حيث الحس الباطني يحكمنا . هذه هي الحالة التي تتأصل منها الأفكار والاكتشافات العظيمة .

عندما يسرع النفس حتى يصل 26 نفسا في الدقيقة ، فإن أغلبنا لا يشعر بالألم بعدها . المعالجين بطاقة الحياة لديهم إيضاح لذلك . نحن نعتقد أننا مع كل نفس نأخذه ، نحن أيضا نأخذ الطاقة ، مما يعيد الحيوية للجسم على المستويين الداخلي والخارجي . عندما تشحن جميع المستويات بشكل كاف ، فإن أي ألم يتعلق بعواطفنا ، التي نعتقد أنها تقع خارج جسدنا ، يتحرك إلى الخارج إلى مدى أبعد .

ربما أنك تعرف ، أن التنفس المضبوط أو المتحكم به قد أستخدم كمساعد لتوسيع الوعي لدي المتأملين في كثير من الأنظمة العقائدية المختلفة . فقط التقنيات ذاتها كانت تختلف . أنظمة كثيرة تعتبر التنفس المتبادل بين فتحتي الأنف اليمنى ثم اليسرى أثناء التأمل كحامل ينقلنا من المستويات السفلى إلى المستويات العليا للوعي العقلي والروحي . لنكون قادرين على أن نتنفس بهذه الطريقة فإن ذلك يتطلب وقتا ، تدريبا ومقدرة على التركيز ، لكن في النهاية يكافأ الواحد بتجربة لا تصدق حيث يكون يقظا وحاضرا تماما أثناء التأمل .

تذكر أن 15 دقيقة من التمرين البدني ، مصحوبة بممارسة التنفس في الهواء الطلق ، هو مساو للتمرين البدني لمدة نصف ساعة داخل مبنى . لذلك ، إن تختار أن تتمرن بالداخل ، فلا تنسى إبقاء نوافذك مفتوحة على مصراعيها !

تذكر أنه بدون التنفس الصحيح سيكون من الصعب أن تسترخي . بدون الاسترخاء سيكون من الصعب أن تركز . بدون التركيز سيكون من الصعب أن تتأمل . بدون التأمل سيكون من الصعب أن تتحسس تدفقات الطاقة . لذلك ، تمرينات طاقة الحياة بيوإنرجي bioenergy تبدأ بالتنفس .

التمارين التحضيرية

لتحضر نفسك للفصول التعليمية لطاقة الحياة bioenergy ، عليك ممارسة بعض التمارين يوميا ، وسأذكر هنا واحد منها فقط :

تمرين لمدة خمس دقائق

حرر جسدك من التوتر و اجعله يسترخي ، مركزا على منطقة واحدة على حدة . عليك أن تهز وتحرر التوتر من قدميك ، ركبتيك وساقيك ، ثم منطقة صدرك ، عنقك ، كتفيك ، مرفقيك ، رسغيك وكل أصابعك . بلطف هز يديك . افحص جسدك بدقة وحرر أية منطقة لا زلت تشعر فيها بأي توتر . ثم ، ببطء وهدوء شديد أدخل لرئتيك أكبر كمية ممكنة من الهواء . أمسك نفسك للحظة ثم ببطء أخرج كل الهواء حتى تصبح رئتيك فارغتين تماما . الآن ضع كلتا يديك على صدرك ، مركزا كامل انتباهك على يديك . أبقي عقلك خاليا من أية أفكار أخرى . ركز على الطريقة التي تتحرك بها رئتيك . كرر هذا التنفس تسع مرات إضافية .

التفكير الإيجابي

كل فكرة لها صورة ، وقوى محركة ، وخاصية وتردد (لون) . أفكارنا هي تجليات لطاقة عقلية ، وفي الحقيقة هي مرئية بالنسبة لبعض المراقبين . في المستقبل ، عندما تكتشف الإنسانية المزيد من الآلات الحساسة ، فسوف يكون ممكنا تسجيل صور الأفكار هذه .

الأفكار السلبية ، التي تشبه غيوم رمادية تحيط برؤوسنا ، تمنع المستقبلات الدماغية من استلام المحفزات الخارجية . الأشخاص ذوي التفكير السلبي عادة يكونون متوترين جدا . عندما تكون الطاقة حول الدماغ مكتظة أو مسدودة ، فإن هذا العضو لا يرسل معلومات صحيحة من الطاقة إلى بقية الجسم . الناس المتأثرين جدا عادة يكون لديهم مشاكل مع التأمل ، الاسترخاء ، وتحسس تحركات الطاقة داخل أجسادهم . القلق ، العداء ، الميل للإحساس بالانفصال عن الآخرين ، العدوانية ، الشكوك ، الغيرة ، الحسد ، اليأس ، الحقد ، الاحتقار كلها أشكال من التفكير السلبي . كيف يعكس الواحد أنماطا معتادة لفترة طويلة من المواقف والعواطف السلبية ؟

دعنا نبدأ بتمرين بسيط .

اخلق يوما إيجابيا واحدا في الأسبوع لنفسك . قرر بذلك اليوم أنه سيكون لديك فقط أفكار إيجابية عن نفسك ، شريكك في الحياة ، أطفالك ، أصدقائك ، زملاؤك ورئيسك في العمل . في ذلك اليوم سوف تستجيب لكل شيء يحيط بك بابتسامة وحاول أن لا تقلق على شيء . بإمكانك السماح لنفسك بأن يكون لديك قلق ومخاوف وأفكار سلبية في أي يوم آخر من الأسبوع ما عدا هذا اليوم ، لأن هذا هو يوم التفكير الإيجابي . مهما يحدث ، مهما يكن وقد يسبب عادة لك الإحباط ، قل لنفسك " ليس اليوم ! " عوضا ، كرر :

اليوم هو يومي ، وليس لدي وقت للسلبية !

ابتسم قدر ما تستطيع وعامل نفسك والآخرين بشكل حسن من خلال كلماتك ، نواياك ، مشاعرك ، أفعالك وأفكارك . حاول أن تبقى منشغلا أثناء النهار وعلى مقربة من الناس . قد تجد أنهم قد يلاحظون الاختلاف فيك ويستجيبون بلطف !

هل قرأت رواية ، ذهب مع الريح ؟ هل تتذكر ماذا تعودت سكارليت أوهارا أن تقول عندما تجد نفسها في موقف حيث أغلب الناس به سيقلقون أو يصابون بالذعر ؟ سكارليت تفادت القلق بأن تقول ،

غدا هو يوم آخر . " سأفكر في الأمر غدا ! "

وبالتالي قل لنفسك : " سأفكر في الأمر غدا " - - والمشاكل التي تبدو صعبة كثيرا ما تصبح أسهل بكثير لتتعامل معها بين ليلة وضحاها .

بعد أن تضم هذه الأيام الاستثنائية الإيجابية إلى برنامج عملك ، سوف تلاحظ بسرعة كيف هي مختلفة عن أيام الأسبوع الأخرى . عندما تكون مستعدا ، ابدأ بالتخطيط بأن تحجز يومين في الأسبوع لنفسك ، وبعد ذلك ثلاثة . بعد أشهر قليلة قد تجد نفسك في موقف جديد تماما ، حيث تكون متفائلا وسعيدا وقادرا على نصح الآخرين في تخليص أنفسهم من التفكير السلبي بنجاح .

تذكر أن المشاعر غير الودية ترسل ذبذبات غير ودية للناس الآخرين ، وكف عن القلق ! القلق هو مضيعة كبيرة للوقت ولا يغير شيئا . نحن نستطيع فقط القيام بتغييرات عندما نشرع في عمل ما !

فهم مجالات الطاقة

الكثير من معرفتنا عن الطاقة كقوة حياة أساسية تأتي من الصين ، والهند ، والتيبت . تقاليد هذه المناطق تبني الطب وعلم النفس والفهم لديها لوظائف الإنسان بشكل كبير على أنظمة الطاقة . تقاليد الهند والتيبت تقر بالشاكرات ، وتعني العجلات الدوارة باللغة السنسكريتية ، كمراكز طاقة هامة تقع خارج الجسم المادي ومرتبطة عن طريق الطاقة مع أعضاء معينة بالجسم (في الدرجة الأولى الغدد) .

وفقا للنظام الصيني ، الوخز بالإبر يساعد على تصحيح تدفق الطاقة الداخلي على طول ممرات الطاقة (المسماة المريديانز) ونقاط الوخز بالإبر . تدفق الطاقة بالجسم قد يكون مسدودا بسبب إصابة (عظام مكسورة) ، أو الجراحة (أعصاب أو أوردة مقطوعة) ، أو تغذية غير مناسبة (تغيرات كيميائية في الجسم تجعله قلوي أو حامضي أكثر مما ينبغي ، أو ين أو يانغ أكثر مما ينبغي ، إن أردنا استخدام المصطلحات الصينية) . انسداد كهذا قد يحدث أيضا بسبب دورة دموية ضعيفة أو حتى الافتقار إلى النظافة ، عندما يهمل شخص ما اعتياديا تنظيف الأوساخ والعرق عن سطح الجسم . في النهاية ، تدفق الطاقة في الجسم قد يتعكر بسبب وجود الضغوط النفسية ، عندما يكون الجهاز العصبي غير قادر على تحمل مستويات عالية من الضغوط النفسية يرسل إشارات كهربائية مضللة إلى الدماغ .

الكثير منكم ربما سمع عن ممارسي ومعلمي الشي غونغ . أثناء زيارتنا للصين وهونغ كونغ قابلنا الكثيرين منهم . أكثر من 20 مليون من ممارسي الشي غونغ في الصين يركزون على ترسيخ تدفقات طاقة سليمة في كل مكان من أجسادهم المادية . وظيفتهم اليومية معدة للحفاظ على صحة جيدة على جميع المستويات . إن يراقب الواحد ممارسي الشي غونغ بدقة ، فسوف يصبح واضحا أن الهدف من كل حركة هو تحرير الطاقة ، التي كثيرا ما تصبح متعطلة عن الحركة أثناء المساء . أولا ، يركزون على إزالة التيبس من المفاصل . الهدف التالي هو زيادة دوران الدم (أي تمرين وتحمية الجسم) . اهتمامهم مركز تماما على هذه المهمة ، وعقولهم هادئة للغاية ، متيحة للجهاز العصبي للتحضير لتدفق طاقة سليم . في نهاية كل جلسة ، يقومون بفرك الجلد بقوة في جميع أنحاء الجسم ، ويشمل ذلك الوجه ، وكأنهم يغسلون الأوساخ عنه . بهذه الطريقة ، كل مستويات الطاقة الداخلية قد حفزت وصححت على الوجه المطلوب .

معلمي الشي غونغ أيضا يعملون على مستويات الطاقة ذات التردد الأعلى . بمعنى آخر ، إنهم لا يركزون فقط على الطاقة بداخل الجسم ، لكن يوسعون إدراكهم نحو الطاقات التي تحيط بالجسم . معلمي الشي غونغ بالتالي قد يستعملون طاقتهم لتحسين

تدفقات الطاقة داخل وحول الناس الآخرين . نتيجة لعملهم ، كثير من الأشخاص أقروا بتحسن في الصحة .

يوجد الكثير من الشبه بين تقنيات الشي غونغ والعلاج بطاقة الحياة bioenergy . القاعدة الأساسية لكلاهما هي افتراض أن جميع الكائنات الحية ، ومن ضمنها الإنسان ، محاطة بطاقة كونية . بينما نحن باستمرار نستحم في هذا المحيط من الطاقة ، إلا أنه بنفس الوقت كل كائن حي له طاقة مستقلة خاصة به . كل تفاعل بين الكائنات الحية يشمل تبادل بالطاقة ، سواء رغبنا بذلك أم لا ، أو كنا مدركين لذلك أم لا . بإمكاننا تعلم الكثير عن أنفسنا عندما نصبح مدركين أكثر لكامل هذه العملية . هذا الإدراك الجديد هو أساس كل شيء نحن ُندرِّسه بفصولنا التعليمية .

في فصولنا التعليمية نحن نركز على ثلاثة مستويات خارجية للطاقة : (1) الأثيري atheric (2) النجمي astral (3) العقلي mental . كل المستويات الثلاثة مكونة من طاقات رقيقة (كلما كان المستوى أعلى ، كلما كانت الطاقة أرق). هذه المستويات تتداخل مع بعضها البعض وهي بحالة من التذبذب الدائم . إن حدث شيء في أحد المستويات (وهذا يحدث في أغلب الأحيان) ، فإن انعكاسه قد يُحَس به (أو يُرى) في المستويات الأخرى لأن المعلومات تتنقل بين جميع هذه المستويات .

الجسم الأثيري

حقل أو مجال الطاقة الأول بعد الجسد المادي يسمي المجال الأثيري (مصطلح من التيبت) أو الجسم الأثيري (وفقا للمتصوفين الهندوس). بالنسبة لمعظم الناس هذا المجال يكون غير مرئي . تلاميذنا يجدون الأمر مدهشا حيث أنه سهل نسبيا تعلم رؤيته . كثيرون منا قد يتذكرون مرات أثناء طفولتنا عندما كنا نرى الأشجار ، والنباتات ، والحيوانات أو الناس محاطين بخط كفافي فضي مضيء . هذا الخط الكفافي سوف يختفي كلما فكرنا به بحدة أو حاولنا تحليله . عندما حاولنا تقاسم تجربتنا مع الآخرين وقوبلنا بالسخرية ، تلاشى تماما . حالما توقفنا عن تصديق ما كنا نراه ، فنحن بشكل طبيعي لم نعد نراه ! نأمل أنه أثناء التدريب ستكون قادرا على إعادة تعلم كيف ترى هذا المجال المتلألئ .

الجسم الأثيري يبدو كخط كفافي للجسم المادي للإنسان ، يشع قرابة 2-3 بوصات باتجاه خارج الجسم . بعض الناس لديهم مجالات أكبر وأكثر تذبذبا (أقوى) بينما ناس آخرين لديهم مجالات أصغر وأضعف . بوجه عام ، المجال الأثيري يخبرنا عن حالة حيوية الشخص وصحته البدنية . في الناس المرهقين أو المرضى فإن هذا الخط الكفافي يبقى قريبا جدا من الجسد المادي . أولئك من هم أصحاء وممتلئين بطاقة الحياة فعادة لديهم مجال متوهج ذي شكل كبير منتظم . لونه قد يتراوح بين درجات متعددة من الرمادي والبني إلى الفضي ، الذهبي ، الزهري ، الأزرق ، القرنفلي ، الأخضر أو البنفسجي الباهت .

في أحوال كثيرة في حالة مجال قوي ومتلألئ تماما ، سيكون به قليل من الأماكن الأكثر قتامة وضعفا . بالنسبة للمعالج بطاقة الحياة bioenergy هذا يشير إلى أن تدفق الطاقة حول هذه المناطق قد تم تعكيره ، ويعمل كإشارة على أن مستويات الطاقة الداخلية (في الجسم) لديها بعض المشاكل . حول الأعضاء المريضة في الجسم تدفق الطاقة دائماُيرى معكرا . يوجد استثناء واحد . إن كان الدواء (طبيعيا أو صناعيا) ، الذي أعطي للشخص يماثل تذبذب مجاله الأثيري الأصلي ، فإن المعالج لا يستطيع رؤية أو تحسس الاختلال . هذا لا يحدث كثيرا .

كل الكائنات الحية على الأرض لها جسم أثيري . في الحقيقة ، نحن نعيش على المجال الأثيري الذي يحيط بجسم كوكب الأرض ، الذي يتمدد إلى الخارج حتى طبقة الأوزون المحيطة بالكوكب . الجسم الأثيري يحافظ على تماسك والتحام الجسم المادي ويشبع ويشحن كل جزء منه بنفس الطريقة التي بها القوة بداخل المغناطيس تتحد مع الحديد .

كل جزء من الجسم المادي مرتبط بقوة مع مثيله في الجسم الأثيري . يوجد كبد أثيري ، قلب أثيري ، إلى آخره .(أحد الأسباب لماذا الأعضاء المزروعة كثيرا ما يرفضها الجسم قد يكون أن الجسم الأثيري للمتبرع ليس في انسجام تذبذبي مع الجسم الأثيري للمريض) . كل معالج بالطاقة ينبغي أن يتذكر حتى إن تم استئصال عضو معين من الجسم المادي ، فإن النسخة الأثيرية المطابقة لذلك العضو لا تزال موجودة . لهذا السبب ، أي شخص يعمل على الجسم الأثيري ينبغي دائما أن يصحح المجال حول الأطراف و الأعضاء التي لم تعد موجودة جسديا بسبب الاستئصال بسبب إجراء جراحة أو وقوع حادث .

كثير من الشامان في أمريكا الجنوبية يشيرون إلى الجسم الأثيري باسم " الجسم الصنو " ، لأنه يبدو كنسخة مطابقة كبيرة إضافية للجسم المادي . سكان أستراليا الأصليين لديهم اسم آخر لنفس المجال . يسمونه " الجسم الظل " ، جسم لا ينفصل عن الجسم المادي . علم الطاقة المتطور مؤخرا كثيرا ما يشير لهذا المستوى بالمجال الحراري ، لأنه يمكن اكتشافه بكاميرا الأشعة تحت الحمراء .

المجال الأثيري له وظائف عديدة . أولا ، إنه يشكل طبعة زرقاء للجسم المادي . ثانيا ، يعمل كغطاء حراري لأولئك الذين لديهم مجالات أثيرية ضعيفة (بسبب الإرهاق ، الشيخوخة ، المرض ، أو نقص الحيوية) الذين كثيرا ما يشعرون بالبرد . ثالثا ، الجسم الأثيري يزود الجسم المادي بطاقة الحياة . رابعا وأخيرا ، الجسم الأثيري ينقل طاقة الحياة من المجالات الكونية للكون ويغذي بها مجالات الطاقة الخاصة بالناس . هذا النقل يتم بواسطة نظام مراكز الطاقة المسماة " شاكرات " .

كل من الشاكرات الرئيسية السبع لها ارتباط عن طريق الطاقة بأعضاء معينة في الجسم وترتبط بغدد معينة ووظائفها أيضا . وفقا للمتصوفين الهندوس ، كل شاكرا مرتبطة بعواطف معينة . في عصور قديمة قريب من لا شيء كان معروفا عن الغدد . ثم الطب الغربي الحديث اكتشف منذ مدة ليست طويلة أن الهرمونات التي تفرزها بعض غددنا تقدم رابط مباشر بين عواطفنا وحالات فسيولوجية عديدة . الهرمونات

بذاتها تنشط بواسطة مشاعرنا (خليط من المحفزات تنشأ عن المستقبلات والتجربة الشخصية) . من ناحية أخرى نحن لا نزال لا نعلم بالضبط من أين من مستقبلاتنا نحصل على كل هذه المحفزات . إنه من الممكن أنه منذ أربع آلاف سنة مضت كان يوجد متصوفين بالهند فهموا العملية بأكملها وكانوا مدركين أن المفتاح يقع خارج الجسم المادي ، في مراكز الطاقة الخارجية المعروفة بالشاكرات ؟

اسم الشاكرا	**الأعضاء التي تتأثر بها**
• شاكرا القاعدة :	أعضاء التناسل الذكرية والأنثوية
• شاكرا الطحال :	غدة الطحال – مركز الطاقة الأكثر أهمية على مستوى المجال الأثيري
• شاكرا الضفيرة الشمسية :	الغدد الكظرية ، الكبد ، البنكرياس ، المرارة ، الكلى ، المعدة ، الجهاز الهضمي ، الجهاز العصبي السمبتاوي
• شاكرا القلب :	القلب والغدة الصعترية (إلى أن نكون بسن 9-12 عاما ودخول سن المراهقة) ، كامل منطقة الصدر
• شاكرا الحنجرة :	الغدة الدرقية
• العين الثالثة :	الغدة النخامية وما تحت السرير البصري (الهايبوتلاموس)
• شاكرا التاج :	الغدة الصنوبرية والمخ .

الشاكرا الثانية ، شاكرا الطحال هي المركز الأكثر أهمية في المجال الأثيري ، حيث توزع الطاقة إلى كل الشاكرات (ما عدا العين الثالثة) . مستوى تذبذب شاكرا الطحال هو مؤشر هام جدا على الصحة العامة للشخص . في هؤلاء الذين هم مرضى أو الذين طاقتهم مستنزفة فإن شاكرا الطحال تتذبذب على مستوى منخفض .

كلنا نولد ولدينا شاكرات . أثناء السنوات الأولى من حياتنا ، تبدو وكأنها أزرار زهرية صغيرة جدا مثبتة بتيار الطاقة المتدفق للأعلى من قاعدة عمودنا الفقري . الشاكرات تتفتح بالكامل ما بين سن التاسعة والثانية عشرة . أليس من الممتع أنه تقريبا في جميع الثقافات والأديان الدخول إلى سن المراهقة بخاصة ذو شأن و أهمية ويتميز بطقوس خاصة كثيرة ؟

في الشخص الحي الشاكرات أبدا لا تتوقف بالكامل عن العمل . إنها مراكز طاقة متعددة الأبعاد نابضة ومتذبذبة ، تعكس طاقة غدد معينة على المستوى الأثيري ، وعواطفنا على المستوى النجمي astral level .

لون الشاكرات على المستوى الأثيري أقل استشعاعا بكثير منه على المستوى النجمي . لونها يبدو فاتحا أو فضيا ، مع تلألؤ لألوان كثيرة ، على الرغم من أن لها فقط درجة لون سائدة واحدة . كل من رأى الشاكرات على الأقل مرة واحدة يعرف أن ألوانها مختلفة جدا عما يوجد في الكثير من الصور الرمزية المعاصرة . إنه من الصعب جدا مقارنة هذه الألوان بأي شيء معروف . ربما أفضل طريقة لوصفها هو أن تطلب من شخص أن يتخيل عجلة دراجة هوائية ذات برامق كثيرة (البرامق هي الدعامات التي تربط محور العجلة وإطار العجلة) تدور بسرعة كبيرة جدا . مجدول بين البرامق الكثير من الأشرطة الغنية بالألوان ، لكن عندما تدور العجلة بسرعة ، نحن لا نكون قادرين على رؤيتها بوضوح . عوضا ، نحن نرى تركيبة من الألوان النابضة ، المتذبذبة ، ذات الوميض .

الشاكرات دائما تدور باتجاه عقارب الساعة ، وليس العكس أبدا . من ناحية أخرى ، ربما تبدو أنها تتحرك عكس اتجاه عقارب الساعة عندما تذبذبها العالي بشدة يربك و يشوش العين . مرة أخرى ، أنظر لعجلة الدراجة الهوائية التي تدور بسرعة . أحيانا هي تدور بسرعة كبيرة بحيث تبدو وكأنها تتحرك تدريجيا بالاتجاه المعاكس .

عندما تتحرك الطاقة خلال نظام الشاكرات الرئيسي فهي دائما تتدفق للأعلى وليس للأسفل أبدا . هذا التدفق ، إن كان متناغما بحق ، فسوف يخلق صوتا مؤلفا من سبع نغمات من الشاكرا السفلى إلى العليا . هذا الصوت هو مفرد لكل شخص . إنه توقيعك الشخصي ، إنه لك أنت فقط ولا أحد آخر غيرك ؛ منح لك من تذبذب الكون في اللحظة التي أتيت فيها إلى هذا العالم . مع صرختك الأولى ، واستنشاقك الأول للهواء والطاقة ، الكون وضع دمغته عليك . هذا الفهم هو أحد أسس علم الفلك ، على الرغم من أنه يوجد القليل من الفلكيين الذين يعرفون ذلك .

الجسم النجمي أو المجال المغناطيسي الكهربائي

الجسم النجمي astral body (حسب ما يسميه المتصوفين الهندوس) ، أو المجال النجمي (المصطلح الذي يستخدم في التيبت) ، يحيط بالجسم الأثيري ، وكثيرا ما يتخلله . في أفريقيا ، وأمريكا الجنوبية والصين ، يسمى هذا الجسم المجال العاطفي . بعض المعالجين يسمونه الهالة (مصطلح يوناني قديم) ، بينما الباحثين قد يشيرون له كمجال مغناطيسي كهربائي منخفض التردد .

المستوى النجمي من الطاقة هو مجال أرق ، وأكثر حركة مع تردد أعلى من المستوى الأثيري . سكان البلاد الأصليين القدماء يسمونه مجال التحقيق لأنه فضولي ، يتحرك بسرعة ويتحقق من كل شيء وكل واحد حولنا . المجال النجمي يحضر لنا إنذارات ، تأكيدات وانطباعات أولى ويتعلق بكل موقف عاطفي في حياتنا . إنه يتخذ شكل شرنقة كبيرة كامل فقط عندما نكون قادرين على السيطرة عواطفنا وإبقاؤها هادئة . هذا لماذا يمكن عمل قراءة لهذا المجال بشكل صحيح فقط عندما يكون الشخص في حالة تأمل عميق خال من الانفعالات العاطفية .

الحقل النجمي له ألوان أكثر من الأثيري . كلها تبدو كشرارات متلألئة وليس كألوان خالصة ، وهي تتغير بسرعة وفي فترات قصيرة وفقا لما نشعر به ، وما نفكر فيه ، وما نلاقيه .

بتصحيح المستوى الأثيري ، نستطيع المساعدة في موازنة تدفقات الطاقة في الجسم المادي . بالعمل على المستوى النجمي ، نستطيع المساعدة في موازنة العواطف .

الجسم النجمي المثالي للإنسان يبدو مثل قشرة بيضة أو شرنقة كبيرة تحيط الجسم المادي والجسم الأثيري أو مثل قبة عندما نجلس القرفصاء . كما مع الحقل الأثيري ، بعض منا له حقل نجمي أكبر ومنتظم أكثر من الناس الآخرين . عواطفنا ورغباتنا القوية قد تشوه شكله وتخلق اختلالا بالتوازن ، وضعفا ، وانسدادا بالشاكرات .

كما الشاكرات على المستوى الأثيري مرتبطة بأعضاء ومناطق معينة في الجسم ، فإن الشاكرات في الجسم النجمي مرتبطة بشؤون عاطفية معينة .

يوجد تدفق طاقة بين الشاكرات من شاكرا القاعدة إلى شاكرا التاج ، بالإضافة إلى ترابط بين الشاكرات على المستوى الأثيري والمستوى النجمي .

اسم الشاكرا	العواطف المرتبطة بها
شاكرا القاعدة	القدوم إلى هذه الحياة الدنيا ؛ عملية ولادة عسيرة ؛ مشاكل حول الأمور الجنسية ؛ المواضيع المتعلقة بفهم الفرد لأساس الوجود
شاكرا الطحال	المشاكل الصحية (في الماضي أو الحاضر) مرتبطة بالخوف ، الحزن أو عدم الاستقرار . المصابين بوسواس المرض هم مثال جيد على الناس الذين طاقتهم مكتظة حول شاكرا الطحال على المستوى النجمي .
الضفيرة الشمسية	موضع " الأنا " . هذه الشاكرا تعبر عن قوتنا الشخصية في محيط جماعي ، وكثيرا ما تتعلق بما يسمى " مشاكل عائلية " . الطريقة التي ندرك ونفهم بها " العائلة " تعتمد على مستوى وعينا . بالنسبة لبعضنا هذه الكلمة تنطبق على فقط على الأم ، الأب ، الأخ ، الأخت ، الزوج الأبناء . بالنسبة لمعلم جيد ، الذي هو مرتبط بعمق بعمله ، فإن المدرسة و تلاميذها يصبحون من أفراد العائلة أيضا . بالنسبة لرئيس شركة مهتم

حقا ، فإن أولئك الذين يعملون لديه هم جميعا جزء من عائلة كبيرة . هذه الشاكرا هي أيضا مركز العواطف المخبئة التي تتعلق بالأصدقاء الحميمين والعشاق . في الفنون القتالية تعتبر الضفيرة الشمسية مصدر الطاقة الرئيسي وكثيرا ما أطلق عليها " مركز القوة الشخصية " .

شاكرا القلب	الحب والحنو على جميع المستويات . الفهم والاتصال المسالم .
شاكرا الحنجرة	مركز اتخاذ القرار ، منبع الإرادة ، الإبداع والتعبير عن الذات . الفنانين ، المغنين ، الخطباء ، وكل الناس المبدعين عادة يملكون شاكرا حنجرة قوية . الأشخاص الخجولين ، من ناحية أخرى ، ينزعون لامتلاك طاقة ضعيفة هنا .
العين الثالثة	مركز الحدس والاستبصار أو بعد النظر .
شاكرا التاج	تعكس مستوى نمونا وتطورنا الروحي .

بينما مركز الطاقة الرئيسي على المستوى الأثيري هو شاكرا الطحال ، فإن المركز الأكثر أهمية على المستوى النجمي هو شاكرا القلب . نحن نؤثر في عواطفنا بالحب والحنو .

الجسم العقلي

الجسم الذي يلي الجسم النجمي يسمى الجسم العقلي والشاكرا الرئيسية في هذا المستوى هي " العين الثالثة " . هذا المصطلح نشأ مع المتصوفين الهنود ، الذين لمئات السنين قد أدركوا أن هذه الشاكرا لها وظائف خاصة في التنبؤ بالمستقبل ، وعمليات الحدس الأخرى ، والتأمل والصلاة . أتباع فلسفة اليوغا يسمون هذا المركز " أجنا " . بالنسبة للمصريين القدماء فكانت " الباب إلى المستقبل " ، بينما أهل التيبت سموها " البوابة إلى الوعي " .

في مهنة المعالجة بطاقة الحياة bioenergy ، طاقة العين الثالثة تستخدم للعمل والتأثير من خلال المستوى العقلي ، وذلك يشمل المعالجة عن بعد (إرسال الطاقة عن بعد) ، و استخدام الحس الباطني (الحدس) ، والعمل الذي يشمل النية بشكل مباشر (الرسالة العقلية) . كثير من المعالجين بالطاقة يعتقدون أنه قد يوجد بعض التشابه المشوِّق بين مفهوم المجال الصوتي والجسم العقلي . (" المانترا " هي نوع من المساعدة على التناغم التي تستخدم أصوات معقدة باطنية ، معدة لتعمل على هذا المستوى) .

بالنسبة لنا ، الاكتشاف الأكثر إثارة مؤخرا في ما يتعلق بالعين الثالثة وشاكرا التاج قد تم في عام 1992 في معهد كاليفورنيا للتكنولوجيا . في دراسة جديدة أجراها جي كيرشفينك ، لقد وجد أن دماغ الإنسان العادي يحوي قرابة مليار مغناطيس بالغ الصغر ، يبلغ وزنها جزء واحد من المليون من الأونصة الواحدة . قضبان المغناطيس البيولوجية المتناهية الصغر هذه مكونة من بلورات من أكسيد الحديد الأسود (المغنتيت) . البلورات مغناطيسية بشكل قوي ، بخلاف مركبات الحديد الأخرى في الجسم . بالنسبة للعلماء ، هذا الاكتشاف مرة أخرى أثار السؤال عما إذا كان البشر مثل الكثير من الحيوانات ، قد يكون لها حس ملاحي مغناطيسي . أيضا ذلك أثار موضوع ما إذا كانت المجالات المغناطيسية الكهربائية ، قد تزيد خطر الإصابة بأنواع معينة من أمراض السرطان . (دراسة كيرشفينك أوحت على سبيل المثال أن المغنطيسات بالدماغ قد تتأثر بالمجالات المغناطيسية الكهربائية القوية الصادرة عن بعض الأدوات الكهربائية) .

بالنسبة للمعالجين بطاقة الحياة bioenergy ، هذه الدراسة أيضا تثير سؤالا مثيرا آخر : كيف عرف ناس من حضارات قديمة أن أقوى طاقة بجسم الإنسان وحوله تقع في منطقة الدماغ ؟ كيف اكتشفوا أنه يوجد مراكز خاصة بالدماغ ، كالغدة الصنوبرية ، تنقل الطاقة بين الدماغ والعقل الأسمى higher mind ؟ إننا نعرف ، على سبيل المثال ، أن فيلسوف القرن الرابع الميلادي هيروفيلوس ، سمى الغدة الصنوبرية " عاصرة الفكر " .

لفترة طويلة ، لم يعرف الطب الغربي للغدة الصنوبرية أية أهمية محددة . مؤخرا ، من ناحية أخرى ، العلماء غيروا آراءهم ، وأخيرا اعترفوا أن الغدة الصنوبرية قد تلعب دور الغدة الرئيسية في أجسامنا . إنها أيضا قد تكون المفتاح لطول العمر . يوجد أدلة متزايدة على أن نشاط الغدة الصنوبرية ينظم بواسطة التغيرات في الإضاءة البيئية و أيضا بواسطة المجال المغناطيسي الكهربائي للأرض .

على ضوء هذه الاكتشافات ، بالإضافة إلى المعلومات الجديدة عن ارتفاع التردد المغناطيسي الكهربائي للأرض من 7,8 هرتز قبل عام 1987 إلى 9,4 هرتز في عام 1996 ، ينبغي أن نوجه المزيد من الانتباه لهذه الغدة الصغيرة .

الغدة الصنوبرية والدماغ مباشرة يقعان تحت تأثير شاكرا التاج ، وليس شاكرا العين الثالثة . من ناحية أخرى يوجد اعتبار آخر مهم . عندما تتطور العين الثالثة على صعيد الطاقة تماما ، فإنها تتخذ ذبذبة شاكرا التاج وتصبحان وحدة واحدة . الناس القادرين على رؤية الطاقة صوروا هذا الاندماج على هيئة تاج مدعوم بقرون يبدأ في وسط العين الثالثة المتطورة على الجبين ويمتد إلى الصدغين . نستطيع رؤية هذا الرمز في الصور الزيتية والمنحوتات التي قام بها أشخاص كثيري الرؤى متطورين روحيا – فنانين ينتمون لحضارات وعهود كثيرة . بالنسبة لنا ، أحد أفضل الأمثلة هو تمثال لموسى لديه قرون صنعه مايكل أنجلو موجود في كاتدرائية في فلورنس. يمكننا أن

نكون متأكدين أن موسى لم يكن لديه أية قرون ! لكن لا بد أن مايكل أنجلو قد عرف رمز العين الثالثة المتطورة ، أو قد رآها في رؤياه الخاصة لموسى .

عند تطوير العين الثالثة ، نحن لا نصبح فقط أكثر إدراكا لتدفقات ومجالات الطاقة الرقيقة ، لكننا نبدأ في إدراك أننا فقط أجزاء صغيرة من وحدة كاملة أعظم بكثير ، وأن أي إحساس بالانفصال هو مجرد وهم . نحن متحدين مع الكون ، ومحكومين بواسطة إله ذي قدرة مطلقة . هذا الإدراك يقودنا إلى التطور الروحي . نحن نصبح متنورين enlightened .

المستوى العقلي هو مستوى الطاقة الأعلى الذي من خلاله يستطيع الإنسان أن يعمل لأجل مساعدة إنسان آخر . إنه أعلى ترددا من المستوى النجمي ، وأعلى بكثير من المستوى الأثيري . عند العمل على المستوى العقلي ، فإن المعالج بطاقة الحياة bioenergy يغير الطريقة التي ينظر بها الناس إلى بعضهم الآخر ، وإلى الأحداث في حياتهم . الأفكار السلبية والمتشائمة تستبدل بأفكار إيجابية ومتفائلة . طاقة هذا الموقف العقلي الجديد تؤثر في المجال العاطفي وتساعد في تصحيحه . ذبذبات جديدة في الجسم العاطفي تؤثر في الطاقة على المستوى الأثيري ، الذي ومن ثم يُحسِّن تدفقات الطاقة في الجسم المادي .

طاقات هذه المجالات الثلاثة تتداخل مع بعضها البعض . فوق ذلك ، عندما نكون برفقة الآخرين ، فإن كل واحد من مجالاتنا يتلامس مع المجال المرادف للشخص الآخر . في أحيان كثيرة ، عندما لا نشعر بالارتياح مع شخص ما ولا نعرف لماذا ، السبب هو أن طاقاتنا لها ذبذبات مختلفة جدا . يوجد أيضا ناس نشعر بالارتياح معهم منذ اللحظة الأولى . طاقاتنا آنئذ تكون في تزامن ولا يوجد أي تنافر بين مجالاتنا . أيضا ، يوجد مرات عندما التفاعل مع ناس معينين قد يجعلنا نشعر بأننا مستنزفين ومرهقين ، الذي ببساطة يعني أن هؤلاء الأفراد يأخذون طاقة منا . ثم يوجد ناس يجعلوننا نشعر بالسعادة والحيوية ، مشيرا ذلك إلى أننا قد نكون قد أخذنا طاقة منهم . هذا يحدث كل يوم .

تبادل الطاقة هو عملية طبيعية . ما ينبغي أن نتعلمه هو كيف نتقاسم طاقتنا دون أن نصبح متعبين ومستنزفين ، وكيف نحمي أنفسنا من الذبذبات العدوانية ، التي تكون غير مريحة وأحيانا أيضا من الصعب تحملها . سنعلمكم هذه المهارات .

في تعاليم بلاد التيبت واليوغا ، المستويين الأعلى من الجسم العقلي يسميان الجسم السببي causal body والجسم البوذي Buddhi body . الجسم السببي يحدد الكرما (الكرما هي العاقبة الكاملة لأعمال المرء وسلوكه أثناء أطوار وجوده المتعاقبة بوصفها العامل الذي يقرر قدر ذلك المرء " في الاعتقاد البوذي ") ، والسبب الصحيح لماذا نحن ولدنا وأين نحن ولدنا . وفقا لهذه التعاليم ، لا أحد يستطيع تغيير الكرما الخاصة بكل واحد منا إلا نحن ، وأيضا بإمكاننا فقط فعل ذلك بطريقة محدودة جدا . بطريقة مماثلة ، لا أحد يستطيع تغيير أو تصحيح المجال البوذي التابع لكل واحد منا . البشر ليس لديهم قوة كهذه ، باستثناء القليل من المعلمين الروحيين المتطورين للغاية .

الجسم البوذي هو رابطنا المباشر مع المصدر الأعلى للحياة ، أي مع الله . هذا المستوى يعكس الجانب الروحي منا . لا أحد غيرنا يستطيع التأثير فيه . إن أردنا أن نكون روحانيين بدرجة أكبر ، فهذا ليس عمل المعالج ، ولكنه العمل اليومي لكل واحد منا . المعالج فقط يستطيع تسهيل هذه العملية .

ممارسة التنفس

اجعل كامل جسمك مسترخيا قدر الإمكان ، ومن ثم ببطء استنشق الكثير من الهواء قدر ما تستطيع . ركز انتباهك على الجزء العلوي من رئتيك : ينبغي أن تكونا ممتلئتين بالهواء . واصل الشهيق حتى تستخدم السعة الكاملة لرئتيك . ثم أمسك نفسك لفترة وجيزة ثم أخرج الهواء ببطء . كرر عشر مرات ، الشهيق والزفير بهدوء وبطئ .
حاول ممارسة هذا التمرين في أحيان كثيرة قدر ما تستطيع أثناء النهار ، وقم بذلك في الهواء الطلق قدر ما تستطيع .

كرة الطاقة

بعد أسبوع من ممارسة التنفس ، عندما يكون ملأ رئتيك بالهواء لم يعد صعبا ، ابدأ في التركيز على ما تشعر به حول يديك وخصوصا راحتا يديك ، أثناء التنفس . لكي ُتحسِّن ما تشعر به ، حاول أن تركز كل انتباهك على راحتيك . كن راحتيك . تنفس بعمق وهدوء ، وركز على تجربتك . ثم ، اجعل راحتا يديك متقابلتين ؛ اجعلهما قريبتين من بعضهما الآخر (لكن لا ينبغي أن تتلامسا) ، وركز انتباهك على الإحساس في ما بينهما . بماذا تشعر ؟ هل تشعر بوجود دفء ؟ إحساس بوخز خفيف ؟ شعور بالكثافة ، وكأنه يوجد مغنطيسين بين يديك ؟ أو كرة قطن ؟ أو كرة هواء ؟ أو لديك أحاسيس يصعب وصفها ، لكنها موجودة بلا ريب ؟

حاول أن تحفظ عن ظهر قلب هذه التجربة لمجال الطاقة الخارجي الأول الخاص بك . طريقتك الخاصة لإدراك هذا المجال دائما صحيحة . لذلك لا تصدق إن يقل أحد أنه ينبغي أن تشعر بدفء أو وخز خفيف . أيا كان الذي يحدث فهو صحيح و مناسب لك ، وفي فصولنا الدراسية سوف تتعلم في الدرجة الأولى من خلال تجربتك الخاصة .

قم بهذا التمرين مرارا قدر ما تستطيع ، لكي تكون قادرا على تذكر شعورك . عندما تألف وتعتاد تماما على ما تشعر به عند أداء هذا التمرين ، حاول أن تقوم بنفس التمرين مع رفيق . أفضل رفيق سيكون شخصا من فصلك ، شخصا تعود مسبقا على أداء التمرين . واجها بعضكما الآخر عندما تبني أنت ورفيقك حقل من الطاقة بين أيديكما . ثم ابدءا ببناء هذا الحقل سويا . أثناء هذا التمرين حاولا أن توجها كل اهتمامكما إلى المنطقة ما بين أيديكما . تفاديا كل الأفكار الأخرى . لاحظا إن كانت هذه التجربة تبدو مختلفة . هل تشعر بوجود فرق بين مجال الطاقة الخاص بك وبين مجال الطاقة الذي خلق بواسطة كليكما ؟ لا تنسيا التنفس العميق والهادئ !

تمرين شاكرا القلب هو نوع من التأمل الذي يوصي ميتك بأدائه يوميا لكل واحد . هو يعتبره مهم خصوصا الآن حيث أننا نغادر عهد برج الحوت وندخل عهد برج الدلو . مع انتقال من هذا النوع ، وفقا للمتصوفين الهندوس ، طاقة الكون ترفع ذبذباتها وعلى الأرض أن تعدل وتضبط ترددها حسب التغيرات الكونية . نحن نعرف مسبقا من قياس المجال المغناطيسي الكهربائي حول الأرض أن تردد هذا المجال قد ارتفع من 7,8 هرتز في عام 1987 إلى 9,4 في عام 1996 ويتوقع أن يقفز إلى 12 هرتز في المستقبل القريب .

وفقا للتقويم المایاني ، نهاية دورة مكونة من 5200 عام ُعيِّن موعدها في 22 ديسمبر ، 2012 . مع هذا التغيير ، يتوقع تحول كبير بالطاقة . كثير من علماء الفلك المعاصرين وضعوا تاريخ التحول من برج الحوت إلى برج الدلو ما بين 2006 و2016 .

ما علاقة كل هذا بشاكرا القلب ؟ في الحقيقة ، عندما تعدل وتضبط الأرض ذبذباتها استجابة للكون ، فإن جميع الكائنات الحية على الأرض ، ومن ضمنهم البشر ، ينبغي عليهم أن يعدلوا ذبذباتهم أيضا . بالنسبة لنا هذا يعني أن مركز الطاقة على المستوى النجمي سوف ينتقل من ذبذبات شاكرا الضفيرة الشمسية (الشاكرا الرئيسية على هذا المستوى أثناء كامل عهد برج الحوت) إلى الذبذبات الأعلى لشاكرا القلب (الشاكرا الرئيسية على نفس المستوى أثناء كامل عهد برج الدلو). عيسى المسيح ، أعظم رسول للمحبة حاول أن يعلمنا درسه عن السلام ، والمحبة والحنو ، لكي يحضرنا للمستقبل ، لكننا لم نفهمه . الآن المحبة أصبحت مسألة بقاء في المستقبل . شاكرا القلب هي مركز الإنسانية في عهد برج الدلو . المعالجين يعرفون ذلك جيدا . يوجد قصص كثيرة عن معالجين لم يعودوا فعالين لأنهم لا زالوا يعملون في الدرجة الأولى على مركز الضفيرة الشمسية . لقد سمعنا هذه القصص في بلدان كثيرة .

وهكذا ، ماذا يعني التحول من شاكرا الضفيرة الشمسية إلى شاكرا القلب ؟ ارتفاع الترددات هو فقط جزء من القصة . هل تتذكر أي نوع من العواطف شاكرا الضفيرة الشمسية تمثل ؟ عواطفها تتعلق بالقوة الشخصية مدعومة بجماعة الشخص ، التي قد تتراوح ما بين العائلة ، و الأصدقاء ، وزملاء العمل إلى أعضاء نفس المنظمة أو الحزب السياسي ، و مواطني نفس البلد ، وهلم جرا . طاقة هذا المركز تدور حول الأنا وتنافسها اللانهائي . إنها عن امتلاكي قوة أكثر منك ؛ إنها عن أن تكون جماعتي أفضل من جماعتك ؛ وهي عن كون منظمتي أو بلدي تستحق أكثر من منظمتك أو بلدك .

رفع طاقتنا إلى مستوى شاكرا القلب لا يعني أن كل واحد سيعانق الآخر ويقول له ، " أنا أحبك !" أثناء عهد برج الدلو ، سيتوجب علينا تطوير الفهم أن جميعنا على الأرض متساوين . سيتوجب علينا أن نمد ونوسع رؤيتنا عالميا ونأخذ بعين الاعتبار احتياجات كل واحد يعيش على هذا الكوكب . بفضل عصر الاتصالات والإنترنت ، سنكون قادرين على التحاور عالميا حول كل هذه المواضيع . هؤلاء منا من هم تلاميذ ذوي

أداء سيء فسوف يتلقون دروسا قاسية . الكثيرون منا قد لا يكونوا مدركين لحقيقة أن هذه العملية قد بدأت الآن . طالع الأخبار ، اقرأ الصحف . القضايا البيئية تقلق الجميع منا . الجميع يشعر بارتفاع درجة حرارة الأرض والتغيرات المناخية الأخرى التي تحدث الآن . الماء والهواء النقي قد أصبحا قضايا عالمية . نحن أخيرا أدركنا أن قطع الأشجار في غابات المطر في الأمازون قد يكون له فعلا تأثير على الناس الذين يعيشون بالبرازيل وأماكن أخرى . ليس عليك أن تنظر إلى أبعد من سوق البورصة لترى أن " كن عالميا " هي المانترا الجديدة لكثير من سماسرة البورصة . اقتصاد عالمي ، تكنولوجيا عالمية ، بيئة عالمية ، وسائل مواصلات عالمية والكثير غيرها كلها مدعومة بأنظمة كمبيوتر عالمية . الإنترنت توفر إمكانية التبادل الحر للأفكار والخطط . إنها سوف تساعدنا في إدراك أنه من الداخل ، على صعيد الروح ، نحن كلنا متماثلين . نحن كلنا نريد أن نعيش بسلام وحرية ، أن نحب الآخرين وأن يحبنا الآخرون ، أن نقدر الطيبة والصلاح وأن نكون نافعين ومتعاونين . المشكلة هي أننا اكتسينا بالكثير من طبقات الانفعال العاطفي ، والمشاعر ، والتبعيات والعادات بحيث أن " أنا " الحقيقية قد خنقت بفعالية .

تمرين شاكرا القلب سيساعدك لتكون " أنت" الحقيقي من جديد . إنه أيضا سيجعلك مستعدا لذبذبات عهد برج الدلو ويحضرك لتصبح معالج بطاقة الحياة bioenergy شفوق رحيم ، الذي عمله يأتي من القلب .

أولا ، اجلس بهدوء واسترخي . ليس عليك أن تجلس القرفصاء إن كان هذا الوضع غير مريح لك . الشيء المهم هو جسم مسترخي حقا ، بحيث يكون العقل خال من أية علامات انزعاج . اعمل للحظة على التخيل . تصور شخصا أنت تحبه كثيرا جدا . اختر فقط شخصا واحدا عزيزا عليك كثيرا . بعد أن تكون قد حددت من سيكون المتلقي لطاقات حبك ، ركز كل انتباهك على منطقة صدرك وقلبك . الآن ، تدريجيا استبدل أفكارك المحبة تجاه هذا الشخص بإحساس حقيقي بالشعور بالحب . استمر بهذا التمرين لمدة 15 – 20 دقيقة وتذكر أن تتفادى استخدام كلمة " حب " أو الاستغراق في عملية تخيل . بالأحرى أنت تركز على الإحساس الحقيقي بالحب الخالص النقي ، الذي قد يجلب دفئا وذبذبات رقيقة ، أو ربما ذرة من الثقل أو الألم في منطقة صدرك .

مع هذا التمرين أبلغ تلاميذنا عن الشعور بأحاسيس كثيرة في منطقة الصدر . الأحاسيس الأكثر تكررا هي دفء ، وخز خفيف ، ذبذبة ، توسع ، ثقل ، وانزعاج . كلها تشير إلى تحرك وتركز الطاقة . الألم يظهر أن جسمك المادي يحتاج لبعض الوقت ليتكيف مع ذبذبات شاكرا القلب الأكثر علوًا وسموًا . أنت أيضا قد تشعر بأن عيناك تدمعان . دع الدموع تسيل ، فهي تشير إلى تحرير ضروري جدا . كلما كرر تمرين القلب ، فإن الإدراك للحب غير المشروط يتكرر أكثر وأكثر ويجلب لك إحساس قوي ورائع بالهدوء والسكينة .

كرر هذا التمرين كل يوم ، مرسلا حبك إلى الناس الحميمين والقريبين إليك ، أولئك الذين أنت تحبهم ومغرم بهم . بعد عشرة أيام ، تدريجيا انتقل إلى هؤلاء الذين تولي لهم

القليل من الاهتمام والعناية ، ومن ثم انتقل إلى الناس الذين أنت تكرههم . مع المجموعة الأخيرة حاول أن تبني مشاعر ودية تدريجيا قبل أن تبدأ هذا التأمل . فكر في أفضل طباعهم و صفاتهم . الشخص الذي أنت مركز عليه قد يكون لديه ابتسامة لطيفة أو عينان جميلتان ، أو ربما أنت معجب بالطريقة التي يتحرك بها أو طريقة لبسه . حاول إيجاد شيء إيجابي ، ومن هذا الأساس ، ابني مشاعر ودية ومشاعر قبول . بعد عدة أيام من أداء هذا التمرين ، سوف ترى هؤلاء الناس بطريقة مختلفة ؛ سيبدون أقل عدائية بكثير ومثلك أكثر بكثير . عند هذا الحد ، سيكون أسهل بكثير أن ترسل استحسانا وحبا غير مشروط لهم . طالما أنه يوجد ذبذبات غير ودية في مركز قلبك ، فسيكون من الصعب أن تمرر الطاقة من خلاله . شاكرا القلب تحتاج أن تكون نظيفة تماما ومفتوحة لكي تلعب دورا هاما في تقلب الطاقة الخارجية حول جسمك .

لقد وجدنا أن الجزء الأول من هذا التمرين – إرسال ذبذبات محبة إلى شخص نحبه - - هو ببساطة تحسين للحياة اليومية . طالما أننا نفعل ذلك في أحيان كثيرة ، فهو ليس له تأثير مثير في تغيير ذبذبات شاكرا القلب . من ناحية أخرى ، الجزء الثاني - - إرسال حب إلى ناس لدينا معهم مشاكل - - واقعيا قد يغير حياتنا .

نستطيع أن نكتب كتابا كاملا عن التجارب الرائعة التي عايشها تلاميذنا مع هذا التمرين . لقد حوّل وغيَّر العلاقات داخل العائلات ، حول الضغينة إلى صداقة في مكان العمل ، أعاد الأصدقاء القدامى المنسيين إلى حياة الناس . يوجد أيضا قصص مدهشة عن نباتات وحيوانات أرسل لها تلاميذنا حبا . الحيوانات تستجيب إلى ذبذبات الحب بسرعة كبيرة . إنهم يحسون ويستمتعون بها بعمق . النباتات تنمو وتصبح أقوى وأكثر صحة .

تمرين الشمعة

تمرين الشمعة هو تمرين مهم جدا . هذا التمرين يساعدنا في تنشيط و تقوية تدفق الطاقة في كل مكان من الشاكرات ، و تحرير الانفعالات والعواطف التي تعيق وظيفتها .

في البداية ، اجلس في وضعية مريحة واجعل جسمك مسترخيا . عمودك الفقري ينبغي أن يكون مستقيما ، لكن لا يتوجب عليك أن تجلس القرفصاء . أشعل شمعة وضعها على مسافة قرابة خمسة أقدام أمامك . حاول أن تبقي عينيك مفتوحتين أو نصف مفتوحتين أثناء التمرين بكامله ، أو قدر ما تستطيع . ستحدق في لهب الشمعة طوال الوقت .

الآن ، أحدث بين يديك الشعور الذي كان لديك عندما كنت تحس بكرة الطاقة . هذا الشعور قد يكون إحساسا بدفء ، وخز خفيف ، كثافة ، مغناطيسية ، أو شيئا غير اعتيادي . إن كان صعبا عليك أن تعيد إلى ذهنك ذكرى هذه التجربة عندما تكون جالسا بهدوء فحسب ، تخيل نفسك تنزع اللهب من الشمعة وتضعه بشاكرا القاعدة . نقل اللهب ينبغي أن يحدث أحاسيس بالحرارة ، الدفء ، والذبذبة . أبقي اللهب في شاكرا القاعدة

لفترة وجيزة ومن ثم ، مع كامل قوة عقلك ، انقله إلى الأعلى إلى شاكرا الطحال و ابق هناك لفترة وجيزة . بعد ذلك ، تدريجيا انقله إلى الأعلى إلى شاكرات الضفيرة الشمسية ، القلب ، الحنجرة ، والعين الثالثة . ابق لمدة قصيرة في كل من مراكز الطاقة هذه وجرب بها الإحساس بالحرارة ، الدفء ، أو الذبذبة . من العين الثالثة ، حرك الطاقة باتجاه عقارب الساعة حول رأسك ومن ثم أرسلها إلى مصدر الطاقة الأكثر علوًا وسموًا – كيفما فهمت ذلك . لتكرار هذا التمرين دائما ابدأ من شاكرا القاعدة .

أثناء هذا التمرين ، خصوصا في محاولاتك الأولى ، عقلك قد يتلاعب بك . بعد ممارسة التمرين لفترة ، قد تجد نفسك فجأة تفكر في أشياء متفرقة بقوة كبيرة بحيث تصبح غير قادر على التركيز بتاتا . إن حدث هذا حاول أن تشغل تفكيرك بشيء بسيط جدا و علاوة على ذلك يتعلق بالتمرين ، مثل لون اللهب وهو يتغير مع مرور الطاقة . اللهب قد يكون ذهبيا في البداية وبعد ذلك يتغير إلى البرتقالي ، الأحمر ، الأرجواني ، الأزرق أو الفضي . هذا ليس له علاقة بلون شاكرات معينة . إنها مجرد مراقبة لتشغل عقلك و تدربه وتضبطه بلطف .

في هذا التمرين نحن نعمل ونؤثر في المستوى النجمي ، الذي يعني أيضا المستوى العاطفي . حركة الطاقة من خلال الشاكرات الرئيسية (دائما للأعلى ، وليس للأسفل أبدا) هي ضرورية لتحسين تدفق الطاقة العام . لنصل إلى تدفق منسجم و متناغم ، الذي ينبغي أن يكون حالتنا الطبيعية ، فنحن نحتاج لتنظيف الشاكرات من كل الذبذبات غير الملائمة . هذه الذبذبات خلقت بواسطة حالات عاطفية انفعالية متنوعة مبنية على مواقف مررت بها ، أو لا زلت بها . كما ذكرنا من قبل ، شاكرات معينة في الجسم النجمي لها علاقة بعواطف وانفعالات معينة . على سبيل المثال ، إن كنت مصابا بوسواس المرض ، وعلى الدوام تنتابك الهواجس حول حالتك الصحية و القلق والمخاوف التي مررت بها أثناء مرضك الأخير ، يمكنك أن تكون واثقا أن مسار الطاقة خلال شاكرا الطحال لديك قد يكون أكثر صعوبة من حركتها خلال الشاكرات الأخرى . ما لم تستطيع التخلي عن هذه المخاوف ، فمستوى الذبذبة في شاكرا الطحال سيكون غير سليم ، وستكون غير قادر على تمرير الطاقة من خلال شاكراتك بطريقة منسجمة ومتناغمة .

الجسم العقلي ، الجسم الذي يلي المجال النجمي ، يحتوي فقط على الشاكرات العليا . الشاكرات السفلى ببساطة لا تتواجد هنا . الجسم العقلي يحيط بشاكرا الضفيرة الشمسية والشاكرات التي فوقها . الشاكرا الرئيسية في هذا المستوى من الطاقة هي العين الثالثة . الجسم العقلي له تردد أعلى من المجال النجمي ويبدو مثل كرة تتغير باستمرار مع كل فكرة ونية جديدة .

الجسم السببي ، وفقا للمتصوفين الهندوس ، يمسك بمفتاح الهدف من تجسد الروح . في الجسم السببي ، يمكننا أن نجد الإجابة على الأسئلة الأساسية المتعلقة بالوجود التي يطرحها الكثير من الناس : لماذا أنا خلقت في هذا العالم ؟ ما الهدف من وجودي ؟ ما

هو هدف حياتي ؟ ماذا ينبغي علي أن أتعلم ؟ ماذا يفترض بي أن أفعل بحياتي ؟ يوجد بعض التخمين بأن الجسم السببي يظهر ببساطة على هيئة نور ، تجسيدا لوعينا .

المستوى التالي حسب تعاليم اليوغا يسمى الجسم البوذي . هذا الجسم يتألف كلية من شاكرا التاج ، التي من خلالها نرتبط بذاتنا العليا وذاتنا العليا ترتبط بالطاقة الأكثر علوًا وسموًا ، أعني المصدر الأعلى للحياة أو الله . فقط نحن بأنفسنا نستطيع أن نتطور أو نقوم بتصحيحات على هذا المستوى الروحي . لا أحد آخر يستطيع أداء هذا العمل بالنيابة عنا . بمعنى آخر ، نحن بمفردنا نحدد مستوى روحانيتنا .

فهم الشاكرات

ربما أنت قد رأيت صور للشاكرات ومجالات الطاقة ، سويًا مع أوصافها ، في كتب وصور زيتية معاصرة كثيرة . في أغلبها ، سوف تجد الأحمر يعكس طاقة شاكرا القاعدة ، البرتقالي مرتبط مع شاكرا الطحال (وأحيانا مع القلب) ، الأصفر يدل على الضفيرة الشمسية ، وهلم جرا . نحن كثيرا ما وجدنا هذه الصور و الأوصاف مذهلة تماما . عندما يأتي الناس لميتك للمساعدة ويدلون بتعبيرات مثل ، " لون شاكرا القلب لدي ليس صحيحا ويحتاج لأن يغير ،" هو دائما يحتار . هو عادة يسأل كيف توصلوا لاستنتاج أن لونها غير صحيح . ثم تأتي مزيد من القصص ، كل واحدة أغرب من الأخرى ، عن شاكرات تدور عكس اتجاه عقارب الساعة ، وشاكرات تكون مفتوحة من الجهة الخلفية أكثر من الجهة الأمامية ، وهلم جرا .

دعنا نحاول إزالة بعض سوء الفهم هذا . نعم ، كل الشاكرات لها ألوان ، لأن هذه هي الطريقة التي نرى بها الذبذبات بأعيننا المادية (على هيئة ألوان) . زهرة حمراء تعكس كل الذبذبات الأخرى وتمتص الأحمر ، وهكذا كيف نحن نراها . عندما يتعلق الأمر بالشاكرات ، درجات الألوان التي تظهرها تبدو مختلفة عن الألوان الخالصة التي تمثلها في كتب كثيرة جدا . على المستوى الأثيري ، ذبذبات كل الشاكرات تنعكس بدرجات متعددة من الفضي والرمادي . كلما كانت الذبذبة أعلى ، كان اللون الفضي فاتح و مستشعع أكثر ؛ كلما كانت الذبذبة أكثر انخفاضا ، كان اللون الرمادي أكثر قتامة وعتمة .

على المستوى النجمي ، ما نراه هو شرارات من الألوان المتلألئة الزاهية تبرز وتختفي بطريقة متذبذبة . كمراكز طاقة ، كل الشاكرات في تذبذب وتردد مستمر ، بألوان تتغير وفقا للتغيرات في سرعة تذبذبها . هذا الذبذبات تتغير وفقا لأفكارنا ، نوعية العواطف والانفعالات التي تغمرنا ، و الحالة العامة لعقلنا وهلم جرا . حتى الأطعمة التي نأكلها ، والسوائل التي نشربها ونوعية الهواء الذي نتنفسه يغير ذبذباتنا والألوان التي تعكسها . لدى بعض الأفراد هذه المؤثرات أيضا قد تجعل شاكرات معينة تتذبذب بدرجة عالية أكثر من اللازم أو منخفضة أكثر من اللازم ، مباشرة خالقة فقدان الانسجام والتناغم في تدفق الطاقة من خلالها . فقط هؤلاء منا الذين يقضون حياتهم يصلون ، ويتأملون ، ويمتلكون فقط أفكار إيجابية تتذبذب شاكراتهم بطريقة غير مشوشة طوال الوقت .

الحقيقة أن عمل قراءة للشاكرات تكون صحيحة فقط عندما يكون الشخص في حالة تأمل عميق جدا . في الأوقات الأخرى ، محاولة قراءة الشاكرات يكون لا معنى له .
أيضا ، نسبة ألوان معينة (من مجموعة متنوعة يمكن رؤيتها بواسطة أعيننا المادية) إلى شاكرات معينة ومزاملة ألوان معينة فقط مع شاكرات معينة هو سوء فهم تام .
يوجد ألوان متلألئة كثيرة جدا عندما تتذبذب الشاكرا بحيث يكون في أحيان كثيرة من الصعب تحديد لون سائد . طالما أننا في أجسادنا المادية ، فلدينا وقت كاف لنتطور ، ونتغير ، وننمو ونجرب . نحن على طريق التوسع ، وكل يوم يحضر شيئا جديدا .
الذبذبات تتغير والألوان أيضا تتغير . ولذلك ، لا تحد نفسك بالاعتقاد أنك إن كنت ترى الشاكرات بشكل مختلف عن الآخرين فأنت مخطئ . كل شيء أنت تلاقيه هو دائما صحيح لأنها تجربتك الخاصة أنت . في علم الطاقة لا يوجد شروط لنوعية ما تشعر به وشكل ولون لما تراه . وإنما قد يوجد تشابهات فحسب .

العمل على الشاكرات هو لا نهائي . لا تصدق إن أخبرك أحد أن شاكرتك متطورة بنسبة 75 بالمائة فقط . ما هي مئة بالمائة ؟ من يعرف ماذا تعني مئة بالمائة ؟ لا أحد ! شاكراتنا تستطيع دائما أن تتذبذب إلى مستوى أعلى ، وما دمنا نعمل على زيادة الذبذبات ، فنحن نسير على سبيل التطور .

ينبغي أن نكون حذرين جدا من أن نضع المفاهيم في حجيرات صغيرة ؛ هذا بثبات سوف يضيق وجهة نظرنا ويحصر طريقة تفكيرنا . كلنا نرى بطريقة مختلفة . حواسنا تتسلم المعلومات بطرق مختلفة ، وهذا طبيعي لأن كل واحد منا فريد من نوعه .
التجارب الشخصية في فصولنا التعليمية أيضا مختلفة بالنسبة لكل واحد ، على الرغم من حقيقة أن جميعنا نمارس نفس التمارين وجميعنا نعمل على تطوير الإدراك لتدفق الطاقة داخل وحول الجسد المادي .

النقطة البرتقالية ؛ تأمل للعين الثالثة

هذا التمرين صمم ليعلمك التركيز الذهني وليريك كيف تطور طريقة للعمل مع شاكرا العين الثالثة تدريجيا وبأمان . هذا التمرين يستغرق قرابة 15 دقيقة . سوف تحتاج لدائرة برتقالية قطرها ثلاث إلى أربع بوصات توضع على الحائط على ارتفاع قرابة سبعة أقدام من الأرض . أفضل لون للحائط هو الأبيض ، لكي يصبح للنقطة البرتقالية خلفية ساطعة مشرقة .

ابدأ بالجلوس حيث يمكنك مواجهة النقطة البرتقالية ، محدقا للأعلى . تأكد من لا أحد سوف يقاطعك وأن جسمك يشعر بالارتياح . سواء جلست على كرسي أو على الأرض فهذا عائد لك . المسافة بين جسمك وبين الحائط ينبغي أن تكون بين عشرة وخمسة عشر قدمًا .

شرط أساسي لهذا التمرين هو المقدرة على أداء تمرين الشمعة بدون عقبات بارزة .
هذا التمرين يبدأ بنفس الطريقة التي نبدأ بها تمرين الشمعة ، أعني تدريجيا برفع طاقتنا

من شاكرا القاعدة إلى مستوى العين الثالثة . مبقيا عينيك مغمضتين إن رغبت إلى أن تشعر بالحضور القوي للطاقة في مركز عينك الثالثة . ثم افتح عينيك ، انظر وركز عينيك على النقطة البرتقالية ، مستخدما تركيزا مريحا للنظر غير حاد وكأنك كنت تنظر وراء النقطة . بعد دقائق قليلة ، حاول إرسال طاقة من عينك الثالثة إلى النقطة البرتقالية ، وكأنك كنت تلمسها بأشعة من طاقتك . ثم حاول ذهنيا أن " تحرك " النقطة البرتقالية من الحائط ، وتضعها على جبينك وتجرب وجودها هناك . سوف تشعر برباط من الطاقة بين النقطة التي على الحائط والنقطة التي على جبينك . حاول الاحتفاظ بهذا الإحساس بالارتباط قدر ما تستطيع .

أثناء هذا التمرين قد يصبح جبينك ثقيلا ، مؤلما و به وخز خفيف . بعض التلاميذ يشعرون بإحساس بالضغط . آخرون يشعرون بوخز خفيف واضح ليس فقط في منطقة الجبين لكن أيضا في الوجه والعنق . نحن نقترح عليك بتفادي لمس الوجه . هذا ليس فقط سوف يوقف الأحاسيس المزعجة ، لكن أيضا تدفق الطاقة أيضا . أثناء كامل التمرين ، ينبغي أن تبقى عيناك مفتوحتين ومركزتين على النقطة البرتقالية التي على الحائط . إن وجدت أنه من الصعب أن تبقي عينيك مفتوحتين ، أبقهما نصف مفتوحتين ، وحاول أن تطرف بعينيك بأقل قدر تستطيع . قد تبدأ عيناك في الدمعان ، لكن حاول إبقاءهما مفتوحتين قدر ما تستطيع . إن اضطررت لفعل ذلك ، اطرف أو أغمض عينيك ، لكن على الأقل حاول الاحتفاظ بالإحساس بالثقل ، الذبذبة أو الضغط في جبينك لفترة . الاستماع إلى موسيقى تأملية ، كما نفعل نحن بالفصل ، سوف يساعدك في هذا التمرين .

بعد بضع دقائق من التحديق في النقطة البرتقالية ، سوف تلاحظ تغيرات في شكلها ولونها . إنها قد تصبح أكبر أو أصغر ، أو تصبح أكثر قتامة أو تصبح زاهية جدا . أنت فجأة قد ترى نقطتين برتقاليتين اثنتين أو قد ترى لا شيء . المكان الذي تحاول الوصول إليه هو حالة حيث ، بدلا عن النقطة البرتقالية ، سوف ترى نورا فقط . هذا النور هو دليل بأن عقلك ساكن جدا وأن عينيك الماديتين منهكتان لدرجة ُتمكن من تنشيط شاكرا عينك الثالثة .

في البداية لا تقضي أكثر من 10-15 دقيقة في تمرين النقطة البرتقالية . مع المزيد من التدريب ، عينيك الماديتين سوف تتكيفان مع هذه الطاقة الجديدة وستتوقفان عن مضايقتك . تفادى أن تتأمل النقطة البرتقالية ومعدتك مليئة بالطعام . عندما يكون الجهاز الهضمي والأيضي منهمكان ، يكون من الصعب جدا التركيز على أي تمرين من تمارين الطاقة .

عامل مهم آخر في هذا التأمل هو كمية النور في الغرفة . كقاعدة عامة ، كلما قل الضوء في المكان الذي تؤدي به التمرين ، كلما كان أفضل . قد ترغب باستخدام مصباح كهربائي (لمبة) أزرق تضعه خلفك ، بحيث أنه لا يلقي الضوء مباشرة على النقطة البرتقالية . مع الضوء الأزرق ، ستكون الغرفة معتمة بشكل كاف ، ولكن ليست معتمة أكثر من اللازم . النقطة البرتقالية ستكون مرئية بوضوح ، لكنها ستبدو حمراء

قاتمة . الضوء الأزرق سيجعل عينيك الماديتين تصابان بالإنهاك بسرعة أكبر ، وهكذا تنشط العين الثالثة بسرعة أكبر .

تمرين المرآة

عندما يصبح تمرين النقطة البرتقالية ليس صعبا ، أنت تكون جاهزا للانتقال لتمرين العين الثالثة التالي . جد مرآة كبيرة بما يكفي لتكون قادرا على رؤية الصورة المنعكسة لمنطقة الجزء العلوي من صدرك ووجهك . ضع نقطة برتقالية صغيرة على جبينك واجلس بهدوء أمام المرآة . يمكنك بسهولة إيجاد نقاط كهذه في محلات أدوات القرطاسية والمكتبات . ينبغي أن يكون حجمها قرابة حجم البنس . حاول استخدام غرفة معتمة (لمبة زرقاء وراءك ستكون مناسبة جدا) . الآن ، وعينيك نصف مفتوحتين أفضل من مفتوحتين بالكامل ، ركز على الصورة المنعكسة في المرآة للنقطة البرتقالية التي على جبينك . حاول ألا تطرف ، أو اطرف قليلا قدر الإمكان .

بعد دقائق قليلة ، ستبدأ برؤية وجهك يتغير . قد ترى خطوطا فضية ، مثل أنهار صغيرة ، على وجهك . هذه قنوات جديدة من تدفق الطاقة نشطت بواسطة الذبذبة الأعلى لشاكرا عينك الثالثة . في نفس الوقت قد يصبح وجهك مؤلما وبه وخز خفيف . قد يدوم الألم للحظات قليلة . بعد أن يكيف الجسم المادي نفسه مع تدفقات الطاقة الجديدة ، الأحاسيس غير المُرْضِيَة سوف تختفي .

بعد فترة ، قد تبدأ في رؤية تشوهات في وجهك . إنه قد يبدأ في التلاشي ، أو جهة واحدة قد تختفي . أنت قد ترى أن فقط عينيك باقيتان تنظران إليك من المرآة . أنت أيضا قد ترى وجوه كثيرة متغيرة أو صور حيوانات . لا تكن مستغرقا أكثر من اللازم في الرؤى مهما يكن ما تراه في المرآة . بالأحرى ، ضع نفسك في موقع الشاهد ؛ كن مراقبا هادئا غير منفعل لكل ما يحدث في المرآة . إن كان ما تراه يخيفك ، تذكر أنك سيد الموقف . يمكنك دائما أن تغمض عينيك الماديتين وتقطع اتصالك بهذا التمرين .

الهدف من تمرين المرآة هو أن تكون قادرا في النهاية على رؤية لا شيء إلا النور . هذا دليل على أن شاكرا عينك الثالثة تتذبذب على مستوى مرغوب فيه .

فحص دقيق للعمود الفقري

كلما أصبحت يديك حساستين أكثر ، كلما كنت أفضل في كشف مجالات الطاقة المنبعثة من الجسم . سوف نبدأ بفحص دقيق للمجال الأثيري (المجال الخارجي الأول) الذي يحيط بالجسم المادي مثل خط كفافي سمكه 2-4 بوصات .

ابدأ بتحرير جسدك المادي من التوتر وجعله يسترخي ، وتحقق من أية طاقة مسدودة ومكتظة على المستوى الداخلي الأول ، منتقلا خلال أصابع القدمين ، الكاحلين ، الركبتين ، عظام الحوض ، الكتفين ، المرفقين ، والرسغين وصولا إلى كل مفصل في

أصابعك . إن وجدت أي شد أو توتر ، استخدم الحركة الجسدية لتحريره . مع كون جسدك المادي مسترخيا ووعيك منفتحا ، ركز كل إدراكك على راحتي يديك . في البداية ، الغالبية منكم سوف يحس بالطاقة في وسط راحة اليد ، بادئة في المنطقة التي تسمى الشاكرا الفاتنة charismatic chakra . الطاقة الشفائية تبدأ في التدفق خارج الجسم مبتدئة من هذه النقطة ومن ثم تمتد إلى بقية راحة اليد . تنشيط تدفق الطاقة من الشاكرا الفاتنة أيضا يحفز الشاكرات الخمس الصغيرة الموجودة على أطراف الأصابع وتسمى Bodhisattva chakra . سوف يكون لديك يد ذات طاقة نشطة تماما فقط عندما تكون كل مراكز الطاقة الصغيرة هذه نشطة وجاهزة لتنقل الطاقة .

إنه من الجيد أن تكون مدركا أين بالضبط تقع شاكرتك الفاتنة . لتعرف ذلك ، تحتاج للقيام برسم بسيط . ارسم خطا عموديا من الإصبع الأوسط (عادة الأطول) إلى الأسفل وارسم خطا أفقيا يمتد من المفصل الأول لإبهامك ، إلى الجانب الآخر من راحة يدك . شاكرتك الفاتنة تقع تماما عند نقطة تقاطع هذين الخطين .

أفضل مكان لبدأ تمرين الفحص الدقيق هو العمود الفقري . لدينا أربعة مستويات من الطاقة الداخلية في العمود الفقري (العمود الفقري ، نخاع العظم ، الجهاز العصبي المركزي ، والجلد) ، وهكذا فهو يبعث مجالا أثيريا قويا للغاية . في البداية من الأسهل التركيز على مجال قوي لأننا قد نشعر به بطريقة أكثر عمقا .

لأداء هذا التمرين تحتاج إلى رفيق . أفضل رفيق هو شخص من فصلك أو شخص حساس كفاية ليشعر بطاقتك . اطلب من رفيقك أن يسترخي ويتنفس بعمق وهدوء . واضعا نفسك على الجانب الأيسر من جسم رفيقك ، حرك يدك اليمنى على امتداد المجال فوق العمود الفقري بادئا من أسفله ومنتهيا عند الجهة الخلفية للجمجمة . حاول أن تكون منفتحا ومتقبلا للأحاسيس التي تصل ليدك . حركاتك ينبغي أن تكون بطيئة وكل انتباهك ينبغي أن يكون مركزا على راحة يدك . نيتك في هذه الحالة هي فكرة " أنا أفحص حساسية يداي وأريد أن أتحسس الطاقة على طول العمود الفقري لرفيقي ." أولا استخدم راحة يدك ثم الجهة الخلفية ليدك . يدك ينبغي أن تكون مسترخية وأصابعك منحنية بشكل طفيف . إبقاؤهم على نحو متصل بإحكام سوف يخفض مقدرتك على تحسس الطاقة . تذكر أنك تلتقط ذبذبات من خلال شاكرتك الفاتنة والشاكرات الخمس الصغيرة التي على أطراف أصابعك . مع المزيد من التمرين ، سوف تطور حساسية أكثر في كل الشاكرات الصغيرة في يديك (تقع على جميع مفاصل أصابعك) ، لكن الآن يكفي أن تركز على مراكز الطاقة الرئيسية الستة . السرعة التي تتحرك بها يدك مهمة للغاية . ينبغي أن تكون بطيئة ، لكن ليست بطيئة أكثر من اللازم . سوف تفقد كل الأحاسيس إن كانت الحركات سريعة أكثر من اللازم .

بعد أن تكون قادرا على وصف ما شعرت به كلا الجهتين من يدك ، تحرك إلى الجانب الآخر لرفيقك وكرر نفس الإجراء بواسطة يدك اليسرى . اكتشف أية أحاسيس تلتقطها يدك اليسرى من خلال راحة اليد والجهة الخلفية لليد . بالنسبة لأغلب الناس إحدى اليدين تكون أكثر حساسية من الأخرى . بوجه عام ، اليد اليمنى أكثر حساسية عند

النساء واليد اليسرى أكثر حساسية عند الرجال . في النهاية ، بمرور الوقت ومع التمرين ، ستنمو وتتطور حساسية كلا اليدين ، لكن أنت دائما ستستخدم يدا واحدة كمكتشف رئيسي (بعض المعالجين يسمونها اليد الرئيسية) .

حول البرنامج

البرنامج التعليمي لتعليم العلاج بطاقة الحياة بيوإنرجي Bioenergy هو برنامج شيق على الصعيد التنفيذي وعلى صعيد المعلومات الغزيرة التي يمدنا بها .

في مدرسة ميتك ومارغريت يوركوس لتعليم العلاج بطاقة الحياة Bioenergy يُعلم التلاميذ كيف يمارسون جميع التمارين بشكل صحيح .

العنوان هو :

OFFICE: Bio-Relax
4811 St. Elmo Avenue
Bethesda MD 20814

الموقع على الانترنت :

www.mietekwirkus.com

أما من ليس لديه إمكانية السفر إلى مدرسة ميتك ومارغريت يوركوس لتعليم العلاج بطاقة الحياة بيوإنرجي ويود تعلم أساسيات العلاج بطاقة الحياة Bioenergy ، يمكنه شراء الكورس التعليمي الأساسي الذي استعنت به هنا لتعريف القارئ بهذا الفن العلاجي الرائع . و يتكون الكورس التعليمي الأساسي من ستة اسطوانات مدمجة وكتيب تعليمي وشريط موسيقى تأملية لاستخدامه عند أداء التمارين .

الفقرات التي كتبتها هي موجزة بعض الشيء ، و لا تشمل كل محتويات الكورس . يوجد أنشطة عديدة بالبرنامج لم أتطرق إلى ذكرها ومن أهمها كيف يقوم المعالج بفحص كامل الجسم ، وكيف يعرف بيديه أين تكون الطاقة مكتظة و أين تكون ضعيفة و أين تكون الطاقة متوازنة ، وكيف يقوم المعالج بإرسال الطاقة من يديه إلى أعضاء الجسم حيث يوجد طاقة مكتظة أو تكون الطاقة ضعيفة .

ليس الغرض هو أن يستعين القارئ بما كتبت هنا للتدريب ، وإنما الغرض هو تعريف القارئ بفن علاجي رائع فحسب ، و هكذا كان اتفاقي مع مارغريت يوركوس .

للاستفسار حول شراء الكورس التعليمي الأساسي **Basic Level Training Course on CD** يستطيع القارئ الاتصال على رقم الهاتف :

(301) 652-1691

كتاب الأسرار

كتاب الأسرار هو كتاب ضخم مكون من 1139 صفحة ، وهو كتاب جامع لكل تمارين التأمل حيث يحوي 112 تمرين تأمل من علم التانترا . لا يحتاج القارئ لممارسة جميع

التمارين الموجودة بالكتاب . أساسا ليست كل التمارين مناسبة لنفس الشخص . على الراغب أن يجرب التمارين ويكتشف التمرين المناسب له من بينها جميعا . عندئذ عليه ممارسة التمرين المناسب له وترك باقي التمارين جانبا .

لفهم الكتاب جيدا ينبغي قراءته بالترتيب من البداية للنهاية . وكل تمرين مدعم بنقاشات وحكايات في صميم الموضوع . إنه كتاب شيق جدا ويناسب كل شخص منفتح ومتقبل لقراءة ما هو جديد عليه ، سواء نال الكتاب بأكمله إعجابه أو أعجبه جزء منه فقط .

قصة الكتاب تدور كحوار بين شيفا وزوجته ديفي . ديفي تبدأ بطرح أسئلة عديدة على شيفا :

شيفا ما هي حقيقتك ؟

ما هذا الكون المليء بالأعاجيب ؟

هذا الكون العجيب من أين أتى؟

من يتمركز في العجلة الكونية ؟

تواصل ديفي الأسئلة دون التوقف للحصول على إجابة ، منتهية بقول :

لا تهتم بأسئلتي ، دع شكوكي تزول فحسب .

التأكيد ليس على الأسئلة ولكن على الشكوك : دع شكوكي تزول ! هذا ذو مغزى كبير . إن كنت تسأل سؤالا عقلانيا ، فأنت تطلب إجابة محددة لكي تحل مشكلتك . لكن ديفي تقول ، دع شكوكي تزول ! إنها حقيقة لا تطلب إجابات . إنها تطلب إجراء تحويل وتغيير لعقلها ، لأن العقل الكثير الشكوك سوف يبقى عقلا كثير الشكوك أيا كانت الإجابات التي قدمت له . لاحظ ذلك : العقل الكثير الشكوك سوف يبقى عقلا كثير الشكوك . الإجابات لا علاقة لها بالموضوع . إن أعطيتك إجابة واحدة وكان لديك عقل كثير الشكوك ، فسوف تشك بها . إن أعطيتك إجابة أخرى ، فسوف تشك بها أيضا . أنت لديك عقل كثير الشكوك . عقل كثير الشكوك يعني أنك سوف تضع علامة استفهام أمام أي شيء .

ولذلك الإجابات بلا جدوى . أنت تسألني ، " من خلق العالم ؟" وأنا أخبرك " أ " خلق العالم . عندئذ من المؤكد أن تسأل ،" من خلق " أ " ؟ " لذلك المشكلة الحقيقية ليست هي كيف يُجاب على الأسئلة . المشكلة الحقيقية هي كيف نغير العقل كثير الشكوك ، كيف نخلق عقلا ليس شكاكا – أو ، مفعم بالثقة . لذلك تقول ديفي ، دع شكوكي تزول !

عندما تسأل سؤالا ، أنت قد تسأل لأسباب عديدة . أحد الأسباب قد يكون أنك تريد إثباتا على صحة كلامك . أنت مسبقا تعرف الإجابة ، لكنك مجرد تريد أن تتأكد من صحة إجابتك . عندئذ سؤالك يكون زائفا ؛ إنه ليس سؤالا . أنت تسأل سؤالا ليس لأنك مستعد لتغيير نفسك ، لكن مجرد كفضول .

العقل يواصل الأسئلة . في العقل الأسئلة تتكون كما الأوراق تتكون على الشجرة . هذه هي الطبيعة الفعلية للعقل ، أن يسأل ، لذلك هو يواصل طرح الأسئلة . إنه لا يهم ما هو سؤالك ، عندما يُعطى أي شيء للعقل فإنه سوف يخلق منه سؤالا . إنه ماكينة لخلق الأسئلة . لذلك أعطه أي شيء وسوف يقطعه إلى أجزاء ويخلق أسئلة كثيرة . سؤال واحد أجيب ، والعقل سوف يخلق أسئلة كثيرة من الإجابة . هذا هو مجمل تاريخ الفلسفة .

برتراند راسل يتذكر أنه عندما كان طفلا لقد اعتقد أنه ذات يوم ، عندما يكون ناضجا بما يكفي ليفهم كل الفلسفة ، فإن جميع الأسئلة سوف تجاب . ثم في ما بعد ، عندما كان في الثمانين ، قال ، " الآن أستطيع القول أن أسئلتي قائمة هناك ، كما كانت قائمة عندما كنت صغيرا . الآن أسئلة أخرى قد برزت بسبب نظريات الفلسفة هذه ." وبالتالي هو قال ،" عندما كنت يافعا اعتدت أن أقول أن الفلسفة هي سؤال عن أجوبة نهائية . الآن لا أستطيع قول ذلك . إنها سؤال عن أسئلة لا نهائية ."

لذلك سؤال واحد يخلق إجابة واحدة وأسئلة كثيرة . العقل الكثير الشكوك هو المشكلة . ديفي تقول ، " لا تهتم بأسئلتي . لقد سألت عن أشياء كثيرة . لكن دع شكوكي تزول . أنا أسأل هذه الأسئلة لأنها في عقلي . أنا أوجه لك هذه الأسئلة لأريك عقلي ، لكن لا تبدي الكثير من الاهتمام لهذه الأسئلة . حقيقة ، الإجابات لن تفي بحاجتي . حاجتي هي ... دع شكوكي تزول !

لكن كيف يمكن أن تزول الشكوك ؟ هل ستفي أية إجابة بالغرض ؟ هل يوجد أية إجابة قد تزيل شكوكك ؟ العقل هو الشك . ليس أن العقل يشك ، العقل هو الشك ! ما لم يتلاشى العقل ، فإن الشكوك لن تزول .

شيفا سوف يجيب . إجاباته هي تمارين تأمل (أوشو يسميها تكنيكات تأمل) . هي أقدم التكنيكات – مئة واثنا عشر تكنيكا . هذه التكنيكات مكتوبة في كتاب Vigyan Bhairav Tantra وهو كتاب عمره خمسة آلاف سنة . أوشو في كتابه كتاب الأسرار يتحدث عن هذه التكنيكات ويشرحها شرحا وافيا ، ويدعم الشرح بالكثير من الأمثلة والحكايات المعبِّرة ويجيب على الكثير من الأسئلة التي توجه له حول كل التكنيكات .

هذه المائة واثنا عشر طريقة من طرق التأمل تؤلف مجمل العلم من أجل عقل متغير .

علم التانترا يقول أنت لا تستطيع أن تغير رجلا ما لم تعطه تكنيكات حقيقية لكي يتغير من خلالها . مجرد من خلال الوعظ لا شيء قد تغير . ويمكنك أن تلاحظ ذلك في جميع أنحاء العالم . كل ما تقوله التانترا يحدث في جميع أنحاء العالم . الكثير من الوعظ ، الكثير من الواعظين – العالم بأكمله امتلأ بهم ، ولا يزال كل شيء قبيح جدا ولا أخلاقي .

لماذا يحدث ذلك ؟ نفس الشيء سيحدث إن أعطيت المستشفيات للواعظين . سوف يذهبون هناك ويبدؤون في الوعظ . وسوف يجعلون كل رجل مريض يشعر ، " أنت

مذنب ! لقد خلقت أنت هذا المرض ؛ الآن غيِّر هذا المرض ." إن أعطيت المستشفيات للواعظين ، ماذا سيكون حال المستشفيات ؟ نفس حالة كل العالم .

الواعظون يواصلون الوعظ ، " إنهم يستمرون في القول للناس ، " لا تغضبوا ،" دون أن يقدموا أي تكنيك . وقد سمعنا هذا التعليم لأمد طويل جدا بحيث أننا حتى لم نسأل : " ماذا تقولون ؟ أنا غاضب وأنتم ببساطة تقولون ،" لا تغضب " . كيف يمكن ذلك ؟ عندما أكون غاضبا فهذا يعني أنا الغضب ، وأنتم فقط تقولون لي ،" لا تغضب " . وهكذا يمكنني فقط أن أكبت نفسي ."

ولكن ذلك سيخلق المزيد من الغضب . أنت تحتاج أسلحة معينة ، أنت تحتاج تكنيكات معينة ، لأن غضبك هو فحسب دلالة على عقل مشوش . غيِّر العقل المشوش والدلالة سوف تتغير . الغضب فقط يُظهر ما بالداخل . غيِّر الداخل وسوف يتغير الخارج .

التانترا تقدم لك تكنيكات علمية لتغيير العقل ، وحالما يصبح العقل مختلفا فشخصيتك ستصبح مختلفة .

هذا هو مقترح التانترا ، أن العقل ليس إلا مادة رقيقة ؛ يمكن تغييره . وحالما يكون لديك عقل مختلف فسيكون لديك عالم مختلف . لأنك تنظر من خلال عقلك . هذا العالم الذي تراه ، أنت تراه بسبب عقل خاص . غيِّر العقل ، وعندما تنظر سترى عالما مختلفا . وإن كان لا يوجد عقل ... وهذا هو القمة بالنسبة للتانترا ، أن ُتحدِث حالة حيث لا يوجد عقل . عندئذ انظر للعالم بدون وسيط ، عندما يكون الوسيط غير موجود ، فإنك تواجه العالم الحقيقي ، لأنه الآن لا يوجد أحد بينك وبين العالم الحقيقي . عندئذ لا شيء يمكن تشويهه .

العقل

يقول أوشو ، تلميذ جامعي كان هنا منذ بضعة أيام . امتحاناته كانت وشيكة ، لذلك هو أتى ليسألني ، " أنا مضطرب للغاية والمشكلة هي : لقد وقعت في حب فتاة . عندما أكون مع الفتاة ، أفكر في امتحاناتي ، وعندما أقرأ أفكر فقط في فتاتي . ماذا ينبغي علي أن أفعل ؟ عند القراءة والمذاكرة ، أنا لست موجودا ، أنا أكون مع الفتاة في مخيلتي . وعندما أكون مع الفتاة ، أنا لا أكون أبدا حاضر الذهن معها ؛ أنا أكون أفكر في مشاكلي ، وامتحاني الذي اقترب موعده . وهكذا كل شيء أصبح فوضى ".

هكذا أصبح كل واحد فوضى ، وليس فقط ذلك الصبي . عندما تكون في المكتب تفكر في المنزل ؛ عندما تكون في المنزل يكون ذهنك في المكتب . وأنت لا تستطيع أن تفعل شيئا سحريا كهذا . عندما تكون في المنزل يمكنك فقط أن تكون في المنزل ، لا يمكنك أن تكون في المكتب . وإن كنت في المكتب ، فأنت لست عاقل ، أنت مجنون . عندئذ لا شيء يصبح واضحا . وهذا العقل هو المشكلة .

مرات كثيرة جدا ، إن تذهب إلى معلمي زن (فرقة بوذية) وتسألهم ، " ماذا تفعلون ؟ ما هو التأمل الذي تقومون به ؟" فإنهم سوف يقولون ، " عندما نشعر بالنعاس ، ننام ، عندما نشعر بالجوع ، نأكل . وهذا كل شيء ، ليس لدينا تأمل آخر " .

معلمي زن وضعوا الكثير من التشديد على العفوية أي عدم بذل جهد . معلمي زن كانوا يقولون لتلاميذهم ، " اجلس فحسب . لا تفعل أي شيء ." والتلميذ يحاول . بالطبع ، ما الذي تستطيع أن تفعله عدا أن تحاول ؟ التلميذ يحاول أن يجلس فحسب ، وهو يحاول أن لا يفعل أي شيء ، وعندئذ يقوم المعلم بضربه على رأسه بعصاه ويقول ، " لا تفعل ذلك ! أنا لم أطلب منك أن تحاول أن تجلس ، لأن ذلك يصبح مجهودا . ولا تحاول ألا تقوم بفعل أي شيء ، لأن ذلك نوع من الفعل . اجلس ببساطة !"

أيا كان ما تفعله – تأكل ، تستحم ، تأخذ دشا – كن يقظا منتبها فحسب . لكن ما هي المشكلة ؟ المشكلة هي أننا نفعل كل شيء بالعقل ، ونحن نخطط باستمرار للمستقبل . قد تكون مسافرا في قطار ، لكن عقلك قد يرتب رحلات أخرى ، يضع برنامجا ، يخطط . توقف عن هذا .

بوذا قال ، " لا يوجد فردوس ولا يوجد آخرة . " وقد قال أيضا ،" لا يوجد روح ، وموتك سيكون كاملا ونهائيا ؛ لا شيء سينجو ." الناس اعتقدوا أنه كان ملحدا . هو لم يكن كذلك ، هو فقط كان يحاول أن يخلق وضعا بحيث أنت تنسى الغد وتستطيع أن تبقى في هذه اللحظة ذاتها ، هنا والآن . عندئذ التأمل يتلو بسهولة كبيرة .

ناسك من فرقة زن ، اسمه بوكوجو ، قال ، " هذا هو التأمل الوحيد الذي أعرفه . عندما آكل ، أنا آكل . عندما أمشي ، أنا أمشي . وعندما أشعر بالنعاس ، أنا أنام . أيا كان ما يحدث ، يحدث . أنا لا أتدخل أبدا ".

عندما تمشي في الشارع ، امشي بانتباه . هذا صعب وستستمر بالنسيان ، لكن لا تكن خائفا . كلما تذكرت مرة أخرى ، كن منتبها . عندما تأكل ، امضغ بانتباه . أيا كان ما تفعله ، لا تفعله بطريقة آلية .

إن تأكل وأنت منتبه ، عندها لا يمكن أن تأكل ما يزيد على حاجة جسدك . الناس يواصلون القدوم إلي ويقولون ،" ضع لي حمية غذائية . وزني في ازدياد مستمر ، الجسم يختزن باستمرار . ضع لي حمية غذائية ".

أنا أرد عليهم " لا تفكروا في الحمية ، فكروا في الوعي . بالحمية لا شيء سيحدث . لن تستطيعوا الاستمرار عليها . الأفضل أن تأكلوا بوعي ."

إن تأكل بوعي ، سوف تمضغ أكثر . مع العادات الآلية غير الواعية ، ببساطة أنت تواصل دفع الطعام إلى معدتك . أنت لا تمضغ البتة ، أنت فقط تحشو نفسك . عندئذ لا يوجد أية متعة ، ولأنه لا يوجد أية متعة فسوف تحتاج المزيد من الطعام لكي تحصل على المتعة . لا يوجد طعم ، ولذلك أنت تحتاج المزيد من الطعام .

فقط كن منتبها ولاحظ ماذا يحدث . إذا كنت منتبها ، فسوف تمضغ أكثر ، وسوف تشعر بالطعم أكثر ، وسوف تشعر بمتعة الأكل ، وسوف تستغرق المزيد من الوقت . إن كنت تمضي نصف ساعة لتناول وجبة طعامك ، حين ذلك بتناول نفس كمية الوجبة مع وعي تام فسوف تحتاج لساعة ونصف .

أنت تأكل دون أن تكون حاضرا ؛ هذا ما يخلق المشكلة . كن حاضرا ، وكل عملية سوف تبطئ . الجسم بذاته سيقول ، " كفى " . إن كنت واعيا ، فلن تستطيع تجاوز أوامر الجسم . سوف تتوقف . لذلك أتِح لجسمك أن يقول شيئا . الجسم يتحدث في كل لحظة ، لكنك لست حاضرا لتسمعه . كن منتبها وسوف تسمعه .

عندما أنظر في عينيك لا أراك حاضرا أبدا – وكأنما أنت غائب . أنت موجود دون حضور ، وهذا أساس جميع المعاناة . تستطيع أن تعيش دون أن تكون حاضرا بتاتا ، وعندما لا تكون حاضرا فإن وجودك سيكون مملا . وهذا هو ما حدث . لذلك عندما أنظر إلى عينيك لا أجدك موجودا . أنت لم تأتي بعد . بإمكانك أن تحضر في أية لحظة – لكنك لا تزال غير موجود .

لتكون مدركا لهذا الغياب عليك أن تبدأ رحلة باتجاه التأمل .

قدم رجل إلى بوذا . كان ممتلئا بالكثير من الحنو ، والكثير من العطف ، وسأل بوذا ، " ماذا يمكنني أن أفعل لأساعد العالم ؟"

يقال أن بوذا ضحك وقال للرجل ، " أنت لا تستطيع فعل أي شيء لأنك لم تكن . كيف يمكنك فعل أي شيء وأنت لم تكن ؟ لذلك لا تفكر في العالم . لا تفكر في كيف تخدم العالم ، وكيف تساعد الآخرين . " قال بوذا ، " أولاً كن – وإن تكن ، عندئذ أيا كان ما تفعله فسوف يصبح خدمة ، سوف يصبح صلاة ، سوف يصبح حنوًا . حضورك هو نقطة التحول . وجودك هو الثورة . "

العقل هو تشوش ؛ لا يوجد صفاء . والعقل دائما مزدحم ، دائما غائم ؛ لا يكون أبدا كالسماء الصافية . العقل لا يستطيع أن يكون كذلك . أنت لا تستطيع أن تجعل عقلك صافيا ؛ فليس من طبيعة العقل أن يكون كذلك . العقل سوف يبقى غير صاف . إن تستطع ترك العقل وراءك ، إن تستطع فجأة أن تتخطى العقل وتخرج منه ، فإن الصفاء سوف يحدث لك . يمكنك أن تكون صافيا ، ولكن ليس العقل . لا يوجد شيء كالعقل الصافي ؛ هذا لم يحدث أبدا ولن يحدث أبدا . العقل يعني عدم الصفاء ، التشوش .

حاول أن تفهم بنية العقل . ما هو العقل ؟ عملية متواصلة من التفكير ، تواصل مستمر من الأفكار .

أتذكر شخصا روى حكاية لي . لقد كان باحثا عظيما ، وقد أخبرني بهذا عن البروفيسور الذي علمه لمدة خمس سنوات في كلية الطب . البروفيسور كان عالما عظيما في مادته . آخر شيء قام به هو أن جمع تلاميذه وأخبرهم ، " شيء أخير ينبغي علي أن أعلمكم إياه . كل ما علمتكم إياه هو صحيح بنسبة خمسين بالمائة فقط ،

والخمسين بالمائة الباقية هي خطأ بالتأكيد . لكن المشكلة هي ، أنا لا أعلم ما هي الخمسين بالمائة الصحيحة وما هي الخمسين بالمائة الخطأ – أنا لا أعلم ."

صرح المعرفة بأكمله هو هكذا . لا شيء مؤكد ، لا أحد يعرف ، الكل يتلمس طريقه . من خلال تلمس الطريق نحن نخلق أنظمة ، ويوجد آلاف وآلاف الأنظمة . الهندوس يقولون شيئا ، والمسيحيين يقولون شيئا آخر ، و المسلمين لا يزالون يقولون شيئا آخر – كلهم متناقضون ، الجميع يناقضون بعضهم البعض ؛ لا يوجد اتفاق ، لا يوجد يقين – وكل هذه المصادر هي مصادر لعقلك . أنت تجمع : عقلك يصبح ساحة خردة ؛ التشوش من المؤكد أن يكون موجودا به . فقط الشخص الذي لا يعرف الكثير يمكن أن يكون متأكدا . كلما عرفت أكثر ، كلما أصبحت غير متأكدا أكثر .

وعيك تماما مثل السماء وعقلك تماما مثل الغيوم . السماء تبقى غير متأثرة بالغيوم . الغيوم تأتي وتذهب ؛ السماء تبقى غير معكرة . هذه هي الحالة بداخلك أيضا : الوعي يبقى غير معكرا . الأفكار تأتي وتذهب .

الصفاء يمكن بلوغه إن تصبح مدركا للسماء ، إن تغير تركيزك . أنت مركز على الغيوم إذا كنت غير مركز على السماء . لا تركز على الغيوم وركز على السماء .

عقلك هو مجرد متشرد ، متنقل من مكان إلى مكان . إنه أبدا لا يكون في موضع واحد . إنه دائما يجري ، يتنقل ، يصل ، لكن ليس إلى أي مكان أبدا . إنه ينتقل من فكرة إلى أخرى ، من أ إلى ب . لكنه أبدا ليس عند أ ؛ إنه ليس أبدا عند ب .إنه دائما في تنقل . تذكر ذلك : العقل دائما في تنقل ، آملا في الوصول إلى مكان ما لكن أبدا لا يصل . إنه لا يمكن أن يصل ! البنية الفعلية للعقل هي الحركة . إنه يستطيع أن يتحرك فقط ؛ هذه هي الطبيعة الفطرية للعقل . العملية الفعلية هي التنقل – من أ إلى ب ، من ب إلى ج ... إنها تستمر بغير انقطاع .

إن توقفت عند أ أو ب أو أي نقطة ، فإن العقل سوف يتقاتل معك . سيقول العقل ، " تحرك "، لأنه إن تتوقف يموت العقل في الحال . إنه يستطيع أن يبقى حيا فقط أثناء الحركة . العقل يعني عملية . إن تتوقف ولا تتحرك ، فإن العقل فجأة يصبح ميتا ، إنه لم يعد موجودا ؛ فقط الوعي يبقى .

الوعي هو طبيعتك ؛ العقل هو نشاطك – تماما مثل المشي . نحن نحسب أن العقل هو مادة – إنه ليس كذلك ، العقل فقط هو نشاط . إنه عملية تماما مثل المشي . المشي هو عملية ؛ إن تتوقف ، لا يوجد مشي . لديك ساقين ، لكن لا يوجد مشي . الساقان تستطيعان المشي ، لكن إن تتوقف ، عندئذ الساقين ستكون موجودتين لكن المشي لن يكون موجودا .

الوعي مثل الساقين – هو طبيعتك . العقل مثل المشي – مجرد عملية . عندما يتحرك الوعي من مكان إلى آخر ، هذه العملية هي العقل . عندما يتنقل الوعي من أ إلى ب ، من ب إلى ج ، هذا التنقل هو العقل . إن توقفت عن الحركة ، لا يوجد عقل . أنت واع

، لكن لا يوجد عقل . لديك ساقين ، لكن لا يوجد مشي . المشي هو عمل ، هو نشاط ؛ العقل أيضا هو عمل ، هو نشاط .

إن توقفت عند أي نقطة ، فإن العقل سوف يتصارع . العقل سيقول ، " استمر بالحركة " العقل سيحاول بكافة الوسائل أن يدفعك للأمام أو للخلف أو أي مكان – لكن ،" استمر بالتنقل " أي مكان سيفي بالغرض ، لكن لا تبقى عند موضع واحد .

إن تصر وإن لا تطع العقل ... هذا صعب لأنك دائما كنت تطيعه . أنت أبدا لم تأمر العقل : أنت أبدا لم تكن السيد . أنت لا تستطيع ، حقيقة ، لأنك تحسب أنك العقل . هذه الفكرة الخاطئة بأنك أنت العقل تعطي العقل حرية كاملة ، لأنه عندئذ لا يوجد أحد ليتحكم به . لا يوجد أحد ! العقل ذاته يصبح السيد . إنه قد يصبح السيد ، لكن هذه السيادة هي ظاهرية فحسب . حاول مرة وستستطيع تحطيم تلك السيادة – إنها زائفة

العقل هو مجرد عبد يتظاهر بأنه السيد .

طبعا ، العقل أوتوماتيكي (آلي) ، وأيا كان ما فعلته فإنه يصبح أوتوماتيكي . إنه من الصعب وضع حد لهذه الآلية .

أول شيء ينبغي إدراكه : الآلية هي من ضروريات الحياة – وجسدك له آلية داخلية . كولن ويلسون سماها الروبوت الداخلي (الإنسان الآلي الداخلي) ؛ لديك إنسان آلي بداخلك . حالما أنت تتدرب على أي شيء ، فإن ذلك التدريب يمرر للإنسان الآلي . يمكنك أن تسميه الذاكرة ، يمكنك أن تسميه العقل ، - أي شيء – لكن الكلمة إنسان آلي هي المناسبة لأنه ميكانيكي ، آلي تماما . إنه يعمل بطريقته الذاتية .

أنت تتعلم القيادة . بينما أنت تتعلم ، ينبغي عليك أن تكون واعيا ، منتبها . يوجد خطر هنا . أنت لا تعرف القيادة وأي شيء يمكن أن يحدث ، لذلك يتحتم عليك أن تكون يقظا . هذا لماذا يكون التعلم مؤلما جدا ، على الواحد أن يكون منتبها باستمرار . عندما تكون قد تعلمت القيادة ، فإن القيادة تسلم للجزء الآلي من عقلك . الآن يمكنك أن تواصل التدخين ، الغناء ، الاستماع للمذياع أو التحدث إلى صديق . يمكنك مواصلة فعل أي شيء والجزء الآلي منك سوف يقود .

لا توجد حاجة لوجودك ؛ لقد حُررت من العبء . الإنسان الآلي سوف يقوم بكل شيء . ليس عليك حتى أن تتذكر أين تنعطف ؛ لست بحاجة لذلك . الروبوت سيعرف أين تنعطف ، وأين تتوقف ، وأين لا تتوقف ، ما ينبغي فعله وما لا ينبغي فعله . لا يوجد حاجة لوجودك ، لقد حُررت من الوظيفة . الروبوت يفعل كل شيء .

إن حدث شيء ما مفاجئ ، حادث ما أو شيء ما الروبوت لا يستطيع أن يمسك به لأنه لم يدرب عليه ، فقط عندئذ سوف توجد حاجة لوجودك . فجأة ستحدث هزة بجسدك . سيستبدل الروبوت وأنت ستحل محله . يمكنك أن تشعر بالهزة . عندما فجأة تشعر أن حادثا سيقع ، تحدث هزة بالداخل . الروبوت يتزحزح ؛ إنه يعطي المكان لك . الآن

أنت تقود . لكن عندما تتخطى وقوع الحادث ، مرة أخرى الروبوت سيتسلم القيادة .
أنت سوف تسترخي والروبوت سوف يقود .

وهذا ضروري للحياة لأنه يوجد الكثير من الأشياء التي ينبغي علينا فعلها – أشياء كثيرة جدا ! وإن لم يكن يوجد روبوت للقيام بها ، فلن تكون مقتدرا على القيام بها بتاتا . لذلك يوجد حاجة للروبوت ، إنه ضروري .

أنا لست ضد الروبوت . اذهب وأعط الروبوت كل شيء تتعلمه ، لكن ابق السيد . لا تسمح للروبوت بأن يكون السيد . هذه هي المشكلة : الروبوت سيحاول أن يكون السيد ، لأن الروبوت أكثر كفاءة منك . عاجلا أم آجلا سيقول لك الروبوت ، " تقاعد تماما . لا يوجد حاجة لوجودك . أستطيع أن أقوم بالأشياء بكفاءة أكثر ."

ابق السيد . ما الذي ينبغي عليك فعله لكي تبقى سيد الروبوت ؟ فقط شيء واحد ممكن ، وهو : أحيانا وبدون وجود خطر خذ زمام القيادة بيديك . أخبر الروبوت بأن يسترخي ، كن في مقعد القيادة ، وقم بقيادة السيارة – دون وجود أي خطر ، لأنه أثناء الخطر يكون الأمر أوتوماتيكيا مرة أخرى ، تحدث الهزة ، واستبدال الروبوت بك يكون أوتوماتيكيا .

مرات كثيرة أنت تشعر أنك فعلت شيئا ما ، قلت شيئا ما ، تصرفت بطريقة معينة ، رغما عن نفسك . ماذا تعني عبارة ، " رغما عن نفسك " ؟ إنها تعني أنه يوجد نفس أخرى بداخلك قد تقوم بعمل ، قد تفعل شيئا رغما عن نفسك . من هذه النفس ؟ الروبوت !

أستطيع أن أرفع يدي بطريقة آلية ، ببساطة دون وعي ؛ أستطيع أن أرفع يدي بوعي كامل يتدفق في يدي . حاول ذلك ! سوف تشعر بالفرق . عندما تكون واعيا ، يدك سُترفع ببطء ، وهدوء ، وستشعر أن اليد مملوءة بالوعي . وعندما تكون اليد مملوءة بالوعي ، فإن عقلك سيكون بلا أفكار ، لأن وعيك بكامله سيكون قد انتقل إلى اليد . الآن لا يوجد طاقة لكي تفكر .

عندما ترفع يدك بطريقة آلية ، ميكانيكية ، أنت تواصل التفكير ويدك تواصل الحركة . من يحرك تلك اليد ؟ إنسانك الآلي . حركها بنفسك . خذ المسئولية من الروبوت . سريعا سيكون لديك سيادة على الروبوت . لكن لا تحاول ذلك في المواقف الصعبة . نحن دائما نحاول مع المواقف الصعبة ، لكن بسبب الصعوبة فأنت لا تنجح أبدا . ابدأ بالمواقف البسيطة ، حيث إن كنت حتى لست كفؤا جدا فلا ضرر سوف ينتج .

نحن دائما نبدأ بالمواقف الصعبة . على سبيل المثال ، رجل واحد يفكر ، " أنا سوف لن أكون غاضبا ." الغضب هو موقف صعب جدا والروبوت سوف لن يدعه لك . وهو من الأفضل أن يقوم به الروبوت لأنه يعرف أكثر منك .

ما لم تصبح تماما مدركا بأنك تستطيع معالجة أي موقف معقد دون مساعدة الروبوت ، فإن الروبوت سوف لن يدعك تقوم به . وهذه ميكانيكية دفاعية ضرورية جدا . إن كان

الأمر مختلفا ، فإنك سوف تجعل من حياتك فوضى كبيرة – إن كنت ستأخذ الأشياء من الروبوت في المواقف الصعبة .

ابدأ بالأشياء البسيطة كالمشي ؛ لا يوجد أي ضرر .

بوذا أخبر أتباعه أن يمشوا ، يأكلوا وينامو ا بوعي . إن تستطع فعل هذه الأشياء البسيطة ، عندئذ سوف أيضا تعرف كيف تدخل إلى الأشياء الصعبة بوعي .

باشو ناسك زن ، عندما سُئِل ، " ما هو التأمل الذي تقوم به ؟ ما هو تمرينك الروحاني ؟" هو قال ، " عندما أشعر بالجوع أنا آكل وعندما أشعر بالنعاس أنا أذهب للنوم . هذا كل شيء ."

الرجل الذي كان يسأله قال ، " لكن هذا شيء نحن كلنا نفعله . ما الشيء الفريد فيه ؟"

باشو كرر كلامه مرة أخرى . قال ، " عندما أجوع " أنا " آكل وعندما أشعر بالنعاس " أنا " أنام . " وذلك هو الفرق . عندما تشعر أنت بالجوع يأكل إنسانك الآلي ، عندما تشعر أنت بالنعاس ينام إنسانك الآلي . باشو قال " أنا " ، وذلك هو الفرق .

إن كنت واعيا ، منتبها – سيكون لك وجود حقيقي . إن كنت فقط أداة آلية ، فلن يكون لك أي وجود حقيقي .

أتى شخص لغورجيف وسأل ، " أنا مجنون جدا في الداخل . عقلي يستمر في الصراع والتعارض ، لذلك أخبرني ماذا ينبغي علي أن أفعل لأجعل هذا العقل يتلاشى ، لأمتلك اطمئنانا عقليا ، وسكون داخلي ."

قال غورجيف ، " لا تفكر في العقل ، لا يمكن أن تفعل أي شيء تجاهه . أول شيء هو أن تكون حاضرا . أولا ينبغي أن تكون ؛ ومن ثم يمكنك فعل شيء . أنت لم تكن ."

ماذا عنى بقول " أنت لم تكن " ؟ هذا يعني أنك إنسان آلي ، شيء ميكانيكي ، تعمل وفقا للقوانين الميكانيكية . أولا كن يقظا . ضُم الوعي مع أي شيء أنت تفعله – وابدأ بالأشياء البسيطة .

الوعي الكامل

إن استطعت أن تحضر كامل وعيك إلى أي شيء ، فإنه سيصبح قوة مُحوِّلة . التحول يحدث عندما تكون أنت كليا في الشيء الذي تقوم به . لكن ذلك صعب ، لأنه أينما كنا ، نحن فقط هناك جزئيا ، وليس بالكامل أبدا .

أنت هنا تستمع إلي . هذا الاستماع بذاته يمكن أن يصبح قوة محولة . إن كنت هنا بكاملك ، إن كان الاستماع تاما ، فإن ذلك الاستماع سيصبح تأملا . سوف تدخل عالم مختلف من الابتهاج الغامر ، لكن أنت لست كاملا . تلك هي المشكلة مع العقل البشري ، إنه دائما جزئي . جزء يستمع ؛ الأجزاء الأخرى قد تكون في مكان ما آخر ، أو قد

تكون نائمة ، أو قد تكون تفكر في ما يقال ، أو تتجادل في الداخل . هذا يخلق انقسام والانقسام هو تفريق وتبديد للطاقة . لذلك عند فعل أي شيء أحْضِر كامل وجودك إليه . عندما يكون وجودك بأكمله فيه ، عندئذ أي فعل يصبح تأملا .

لقد قيل أنه ذات يوم كان رينزاي يعمل في حديقته – رينزاي هو معلم زن – وقدم إليه أحد . أتى الرجل ليسأل بعض الأسئلة الفلسفية . هو كان طالب فلسفة . هو لم يكن يعلم أن الرجل الذي يعمل بالحديقة كان رينزاي بذاته . لقد حسبه جنائني ، أو خادم ، لذلك هو سأل ،" أين رينزاي ؟"

قال رينزاي ،" رينزاي دائما هنا ." طبعا فكر الرجل أن هذا الجنائني يبدو مجنونا لأنه قال أن رينزاي دائما هنا . وبالتالي هو فكر أنه ليس من الحسن أن يسأل هذا الرجل عن أي شيء مرة أخرى وبدأ بالتحرك ليسأل شخصا آخر . قال رينزاي ،" لا تذهب إلى أي مكان ، لأنك لن تجده في أي مكان . إنه دائما هنا ." لكنه هرب من هذا الرجل المجنون . ثم استعلم من آخرين وقد قالوا ، " أول رجل قابلته هو رينزاي ."

وهكذا هو عاد وقال ،" سامحني ، أنا آسف ، حسبتك كنت مجنونا . لقد أتيت لأسأل عن شيء . أريد أن أعرف ما هي الحقيقة . ماذا ينبغي علي أن أفعل لأعرفها ؟"

قال رينزاي ،" افعل أي شيء تريده ، لكن افعله تماما ."

المهم ليس هو ما تفعله ، هذا لا صلة له بالموضوع . المهم هو أن تفعله تماما .

" على سبيل المثال ،" قال رينزاي ،" عندما أحفر هذه الحفرة في الأرض ، أنا بكاملي في عمل الحفر . لا يوجد رينزاي ُخلف في الوراء . هو برمته ذهب ليحفر . حقيقة لا يوجد حفار خُلف في الوراء . إن ُترك الحفار ، عندئذ ستكون منقسما ."

إن كنت تستمع إلي . إن ُخلف المستمع في الوراء ، عندئذ أنت لا تكون كاملا . إن كان يوجد فقط استماع ولا يوجد مستمع ُخلف في الوراء فأنت كامل ، هنا والآن . عندئذ هذه اللحظة تصبح تأملا .

التفكر والتركيز والتأمل

التفكر يعني التفكير الموجه . كلنا نفكر ؛ هذا ليس هو التفكر . ذلك التفكير ليس موجها ، وغير واضح ، ويؤدي إلى لا مكان . حقيقة ، تفكيرنا هو ليس تفكر ، ولكنه ما يسميه فرويد وأتباعه بالترابط (تداعي الخواطر والأفكار) . كل فكرة تؤدي إلى أخرى من دون أي توجيه منك . الفكرة ذاتها تؤدي إلى أخرى بسبب التداعي .

أنت ترى كلبا يعبر الشارع . لحظة أن ترى الكلب ، يبدأ عقلك بالتفكير في الكلاب . الكلب قادك إلى هذا التفكير ، وعندئذ فإن العقل لديه تداعيات كثيرة . عندما كنت طفلا ، كنت تخاف من كلب معين . ذلك الكلب يعود إلى ذاكرتك ثم تعود طفولتك إلى

ذاكرتك . ثم تنسى الكلاب ؛ ثم وعن طريق التداعي فحسب تبدأ في الاستغراق في أحلام يقظة حول طفولتك . ثم ترتبط طفولتك بأشياء أخرى ، وأنت تدور في حلقات .

في أيما وقت كنت مرتاحا ، حاول أن تعود للخلف في تفكيرك إلى من أين أتت الأفكار . عندئذ سترى أن فكرة أخرى كانت موجودة ، وتلك الفكرة أدت إلى هذه الفكرة . وهما غير مرتبطتان منطقيا ، لأنه كيف لكلب في الشارع أن يرتبط بطفولتك ؟

لا يوجد أي ارتباط منطقي – إنه فقط تداعي الأفكار في عقلك . إن كنت أنا أعبر الشارع ، نفس الكلب لن يقودني إلى طفولتي ، إنه قد يقودني إلى شيء آخر . بالنسبة لشخص ثالث أيضا قد تقود إلى شيء آخر أيضا . كل واحد لديه سلاسل مترابطة في عقله . وأنت تواصل القيام بهذا النوع من التفكير طوال اليوم . هل تسمي هذا تفكير ؟ هذا فقط تداعي فكرة مع أخرى ، والأفكار تقود نفسها ... أنت تُقاد .

التفكير يصبح تفكر عندما هو لا يتنقل من خلال التداعي ، لكنه يُوجَّه . أنت منكب على حل مشكلة – عندئذ تبعد كل التداعيات في الأفكار . أنت تعمل على تلك المشكلة فقط ، أنت توجه عقلك . العقل سيحاول الفرار إلى أي طريق فرعي ، إلى بعض التداعيات . أنت تقطع كل الطرق الفرعية ؛ أنت توجه عقلك على طريق واحد فقط .

عالم ينكب على حل مشكلة هو يتفكر . شاعر يتفكر في زهرة . عندئذ كل العالم يتم استبعاده ، فقط الزهرة والشاعر يبقيان . أشياء كثيرة من طرق فرعية ستنجذب ، لكنه لن يسمح لعقله بأن ينتقل لأي مكان . عقل يتحرك في خط واحد ، موجها . هذا هو التفكر .

ثم يوجد التركيز . التركيز هو البقاء عند نقطة واحدة . إنه ليس تفكيرا ؛ إنه ليس تفكرا . إنه حقا البقاء عند نقطة واحدة ، دون الإتاحة للعقل بأن يتحرك بالمرة . أثناء التفكير العادي العقل يتنقل كرجل مجنون . أثناء التفكر الرجل المجنون يتم توجيهه ، وقيادته ؛ هو لا يستطيع الهرب إلى أي مكان . أثناء التركيز العقل لا يسمح له بالتنقل . أثناء التفكير العادي ، العقل يسمح له بأن ينتقل لأي مكان ؛ أثناء التفكر ، العقل يسمح له بأن يتنقل في مكان ما فقط ؛ أثناء التركيز ، لا يسمح للعقل بأن يتنقل ، فقط يسمح له أن يكون عند نقطة واحدة . كل الطاقة ، كل الحركة تتوقف ، تتوقف عند نقطة واحدة .

اليوغا معنية بالتركيز ، العقل العادي معني بالتفكير غير الموجه ، العقل العلمي معني بالتفكير الموجه . العقل اليوغي يكون تفكيره مركز ، مثبت عند نقطة واحدة ؛ لا حركة يسمح بها .

ثم يوجد التأمل . أثناء التفكير العادي ، يسمح للعقل بالتنقل إلى أي مكان ؛ أثناء التفكر يسمح له فقط بالتحرك في اتجاه واحد ، كل الاتجاهات الأخرى يتم قطعها . أثناء التركيز ، لا يسمح له بالتحرك حتى في اتجاه واحد ؛ يتاح له فقط أن يركز على نقطة واحدة .

وأثناء التأمل ، العقل لا يسمح له بالتواجد بتاتا . التأمل هو لا- عقل

يوجد أربع مراحل : التفكير العادي ، التفكر ، التركيز ، التأمل .

التأمل يعني لا- عقل – حتى التركيز لا يسمح به . العقل ذاته لا يسمح له بالتواجد !

هذا هو السبب لماذا التأمل لا يمكن فهمه من خلال العقل . العقل يستطيع أن يدرك التركيز ، لكن العقل لا يستطيع أن يدرك التأمل .

التفكير العادي هو الحالة العادية للعقل ، والتأمل هو أعلى شيء ممكن .

التأمل والعقل

تمارين التأمل ليست حقيقة ضد العقل ، لكن ضد التطابق مع العقل . أنت تتعامل مع الجسد كمركبة ، شيء ما تمتلكه ، لكنك لا تتعامل هكذا مع العقل . مع العقل ، أنت العقل ؛ مع الجسد أنت السيد .

العقل هو ضرورة ، خصوصا للبشرية . وهذا هو الفرق الرئيسي بين الإنسان والحيوانات . الإنسان يفكر ، وهو قد استخدم التفكير كسلاح في صراعه من أجل البقاء . لقد استطاع أن يبقي على قيد الحياة لأنه بإمكانه أن يفكر ؛ وإلا لكان لا حول له ولا قوة أكثر من أي حيوان ، أكثر ضعفا من أي حيوان . بسبب التفكير استطاع هو أن يكون سيد الأرض .

إن كان التفكير مفيدا بشدة ، عندئذ يصبح من السهل أن نفهم لماذا الإنسان يعتقد أنه العقل .

ضد الموت ، ضد المرض ، ضد الطبيعة ، ضد الحيوانات ، ضد الناس الآخرين ، العقل كان هو حمايتك ، وأمانك . والعقل قد أنجز الكثير ، لدرجة أننا اعتقدنا أننا العقل . إن يقل أحد أن جسدك يبدو مريضا فأنت لا تشعر بالضيق وأن مشاعرك قد جرحت ، لكن إن يقل أحد أن عقلك يبدو مريضا فستشعر بالضيق وأن مشاعرك قد جرحت . إن كان جسدك مريضا ، أنت لا تشعر بأن مشاعرك جرحت . لماذا ؟ أنت لا تعتقد أنك الجسد . لكن إن كان عقلك مريضا ويقل لك شخص ما أنت مريض عقليا ، أو مجنون ، فإنك تشعر بالضيق والغضب . الآن هذا شيء عنك ، وليس عن جسدك .

العقل هو أداة منفعية . عليك أن تستخدمه ، لكن لا تصبح متطابقا معه (تعتبر نفسك واحدا معه) . إنه أداة جيدة – ضرورية . استخدمه ، لكن لا تشعر بأنك أنت العقل ، لأنك حالما تعتقد أنك العقل ، فلن تستطيع استخدامه . العقل سيبدأ يستخدمك . عندئذ أنت ببساطة تنجرف مع العقل .

كل تمارين التأمل هي مسعى لمنحك لمحة لما هو ليس العقل . كيف تذهب إلى ما ورائه وتتخطاه ؟ كيف تتركه وتنظر إليه حتى ولو للحظة واحدة .

ناغارجونا كان من المعلمين العظام الذين أنجبتهم الهند . كان يمر عبر قرية ، وهو دائما بقي عاريا . ملكة تلك المملكة كانت من أتباع ومحبي ناغارجونا . لذلك أتى ناغارجونا إلى القصر طلبا للطعام . كان لديه سلطانية خشبية واحدة ليستجدي بها الطعام .

قالت الملكة ، " أعطني سلطانية الاستجداء هذه . سوف أعزها كهدية ، ولدي أخرى صنعت من أجلك . بإمكانك أخذها ."

قال ناغارجونا ،" حسنا !" السلطانية الأخرى كانت من ذهب ، وكانت مرصعة بالكثير من الأحجار النفيسة ؛ كانت ثمينة جدا . لم يقل ناغارجونا شيئا . عادة لا زاهد سيقبلها ، هو سوف يقول ،" أنا لا أستطيع لمس الذهب ،" لكن ناغارجونا أخذها . إن كان الذهب حقيقة طينا فحسب ، عندئذ لماذا التمييز بينهما ؟ لقد أخذها .

حتى الملكة شعرت بأن ذلك لم يكن حسنا . لقد أحست ، " لماذا ؟ كان من المفروض أن يقول لا . قديس عظيم مثله ! لماذا أخذ شيئا ثمينا كهذا بينما هو يعيش عاريا ، دون أية ملابس ، دون أية ممتلكات ؟ لماذا لم يرفضها ؟

إن كان ناغارجونا قد رفضها ، فإن الملكة كانت ستصر ، وتطلب منه أن يقبلها ، لكن آنذاك سوف تشعر هي بالارتياح . ناغارجونا أخذها وذهب . رآه لص وهو يمر عبر المدينة ، وفكر اللص ، " لا يمكن لهذا الرجل أن يحتفظ بسلطانية الاستجداء هذه ، من المحتوم أن يسرقها أحد أو من المحتوم أن يأخذها أحد منه . وهو عار – كيف له أن يحافظ عليها ؟" لذلك تبع اللص ناغارجونا .

ناغارجونا كان يقيم خارج البلدة في دير قديم ، لوحده ؛ الدير كان خربا . هو دخل ، هو سمع صوت خطوات الرجل ، لكنه لم ينظر إلى الخلف لأنه فكر ، " لا بد أنه أتى من أجل سلطانية الاستجداء ، ليس من أجلي ، لأنه من سوف يأتي ؟ لا أحد بالمرة قدِمَ يتبعني إلى هذا البناء الخرب ."

هو دخل . وقف اللص خلف حائط وانتظر . لاحظ ناغارجونا أنه كان ينتظر بالخارج ، فرمى سلطانية الاستجداء خارج الباب .

لم يستطع اللص أن يفهم : " أي نوع من الرجال هذا ؟ عار ، ومعه شيء ثمين كهذا ، ويرميه خارج الباب . " عندئذ سأل ناغارجونا ،" هل بإمكاني الدخول يا سيدي ؟ لدي سؤال أود أن أوجهه لك ."

قال ناغارجونا ،" لقد رميت السلطانية في الخارج فقط لكي تستطيع الدخول – لأساعدك على الدخول ، لأنني سوف آخذ قيلولة الظهر . لا بد أنك قدمت من أجل سلطانية الاستجداء ، لكن عندئذ لن يكون لك لقاء معي . لذلك ادخل ."

دخل اللص . قال ،" هذا شيء ثمين وأنت رميته ؟ وأنت حكيم كبير بحيث أني لا أستطيع الكذب أمامك – أنا لص ."

قال ناغارجونا ،" لا تقلق ، الجميع لصوص . تابعْ ، لا تضيع الوقت على أشياء غير ضرورية كهذه ".

قال اللص ،" أحيانا ، عندما أنظر إلى شخص مثلك ، عقلي أيضا يتوق لمعرفة كيف يمكن بلوغ هذا المقام . أنا لص ؛ يبدو الأمر مستحيلا بالنسبة لي . لكن أنا أرجو وأدعو لكي أكون أنا أيضا قادرا ذات يوم على التخلي عن شيء ثمين كهذا . علمني شيئا . أنا أذهب لكثير من الحكماء ، وأنا لص مشهور ، وبالتالي الكل يعرفني . إنهم يقولون ، " أولا اترك مهنتك ، فقط عندئذ يمكنك أن تشرع في التأمل ." ذلك مستحيل ، لا أستطيع تركها ، ولذلك لا أستطيع أن أشرع في التأمل ."

قال ناغارجونا ،" إن يقل أحد أولا اترك السرقة ثم اشرع في التأمل ، عندئذ هو لا يعرف التأمل بالمرة – لأنه ما العلاقة بين التأمل والسرقة ؟ لا يوجد أية علاقة . لذلك واصل عمل كل ما تقوم به . سوف أعطيك تمرين ؛ مارس هذا ."

قال اللص ،" الآن يبدو أن بإمكاننا أن نواصل معا . هكذا أستطيع أن أواصل ممارسة مهنتي ؟ ما هو التمرين ؟ أخبرني في الحال !"

قال ناغارجونا ،" كن واعيا فحسب . عندما تذهب لسرقة شيء ، كن فحسب مدركا وواعيا تماما . عندما تقتحم منزلا ما ، كن واعيا تماما . عندما تأخذ شيئا ما من خزينة ، كن واعيا تماما . قم بذلك بوعي وإدراك . أيا كان ما تفعله لا يعنيني . وتعال لي بعد خمسة عشر يوما ، لكن لا تأتي إن لم تكن قد مارست التمرين . مارس لمدة خمسة عشر يوما ؛ واصل القيام بكل ما تفعله ، لكن افعله بوعي تام ."

في اليوم الثالث عاد اللص وقال ،" خمسة عشر يوما مدة طويلة جدا ، وأنت رجل مخادع جدا . لقد أعطيتني تمرينا كهذا بحيث أنني إن كنت واعيا تماما فلن أستطيع أن أسرق . في الليالي الثلاث الأخيرة بتكرار ذهبت إلى قصر . لقد وصلت إلى الخزينة ، وفتحتها ، أشياء ثمينة كانت أمامي ، لكن عندئذ أصبحت واعيا تماما . واللحظة التي أصبحت فيها واعيا تماما ، أصبحت مثل تمثال بوذا . لم أستطع أن أواصل إلى مدى أبعد ؛ يدي لم تتحرك ، والخزينة بأكملها أصبحت عديمة الجدوى . ولذلك كنت أعود إلى هناك مرة بعد أخرى . ماذا ينبغي علي أن أفعل ؟ وأنت قلت أن ترك مهنتي لم يكن شرطا ، لكن طريقتك يبدو أن بها عملية لا يمكن فصلها عنها ."

قال ناغارجونا ،" لا تأتي إلي مرة أخرى . الآن يمكنك الاختيار . إن كنت تريد الاستمرار في السرقة ، انس التأمل . إن كنت تريد التأمل ، عندئذ انس السرقة . يمكنك الاختيار ."

قال اللص ،" لقد أوقعتني في ورطة . في هذه الثلاثة أيام لقد أدركت أنني حي . وعندما عدت دون أخذ أي شيء من القصر ، لأول مرة شعرت بأنني كنت ملكا ، وليس لصا .

هذه الثلاثة أيام جعلتني في منتهى السعادة لدرجة أنني لا أستطيع ترك التأمل . لقد احتلت علي ؛ الآن اجعلني تابعك . لا يوجد حاجة لمتابعة المحاولة ، ثلاثة أيام تكفي ."

أيا كان ما تفعله ، إن كنت واعيا فإنه يصبح تأمل .

الخليفة

إنو ، معلم صيني ، كان يعمل تحت إمرة معلمه . عندما ذهب إنو لمعلمه ، قال المعلم ، " لأي غرض أتيت هنا ؟ لا يوجد حاجة لتأتي إلي ." هو لم يفهم . حسب إنو أنه لم يصبح بعد جاهزا ليتم قبوله ، لكن المعلم كان يرى شيئا آخر . كان يرى هالته المتعاظمة الكبر . هو كان يقول :" حتى إن لم تأتي إلى ، الأمر محتوم أن يحدث عاجلا أم آجلا ، في أي مكان . أنت الآن على مقربة دانية ، وبالتالي لا يوجد حاجة لأن تأتي إلي .

لكن إنو قال ،" لا تنبذني ." عندئذ قبله المعلم وأمره أن يذهب خلف الدير ، إلى مطبخ الدير . كان ديرا كبيرا مكونا من خمسمائة ناسك . قال المعلم لإنو ،" اذهب خلف الدير وساعد في المطبخ ، ولا تأتي إلي مرة أخرى . كلما دعت الضرورة ، سوف آتي إليك . "

لا تأمل أعطي لإنو ، ولا كتاب مقدس ، ليقرأ ، أو يدرس أو يتأمل فيه . هو مجرد تم طرده إلى المطبخ . الدير بأكمله كان يعمل . كان يوجد معلمين ، وعلماء ، وكان يوجد من يمارسون التأمل ، ومن يمارسون اليوغا . الكل كان يعمل وإنو هذا كان مجرد ينظف الأرز ويقوم بأعمال المطبخ .

مر اثنا عشر عاما . لم يذهب إنو إلى المعلم مرة أخرى لأنه لم يكن مسموح له بذلك . لقد انتظر وانتظر وانتظر ... لقد انتظر بكل بساطة . لقد استخدم كخادم فحسب . العلماء يأتون ، وممارسي التأمل يأتون ، ولا حتى واحد يعطي أي اهتمام له . وقد كان يوجد علماء كبار بالدير .

ثم أعلن المعلم أن موته قد قرب ، والآن هو يريد أن يعين شخصا ليحل محله ، لذلك قال ،" أولئك الذين يعتقدون أنهم متنورون عليهم أن يؤلفوا شعرا قصيرا مكونا من أربعة أبيات . في هذه الأربعة أبيات عليك أن تضع كل ما وصلت إليه . وإن أستحسِنُ أية أشعار واعتبر أن تلك الأبيات تظهر أن التنور قد حدث ، سوف أختار شخصا ما ليكون خليفتي ."

كان يوجد عالم كبير في الدير ، ولا أحد حاول أن يكتب الشعر لأن الجميع عرفوا أنه سوف يفوز . كان عارفا عظيما بالكتب المقدسة ، لذلك قام هو بتأليف أربعة أبيات . هذه الأربعة أبيات كانت كما يلي ... معناها كمثل ما يلي :" العقل مثل مرآة ، والغبار يتجمع عليها . نظف الغبار ، وأنت تصبح متنورا ."

لكن حتى هذا العالم الكبير كان خائفا لأن المعلم سوف يعرف . هو مسبقا يعرف من هو متنور ومن هو غير متنور . على الرغم من أن كل ما كتبه جميل ، إنه أساس جميع الكتب المقدسة . هذا كان جوهر جميع كتب الفيدا ، لكنه كان يعلم أن ذلك كل ما كان معروفا . هو لم يكن يعلم شيئا ، لذلك هو كان خائفا .

هو لم يذهب مباشرة إلى المعلم ، لكن في المساء ذهب هو إلى كوخ المعلم ، وكتب الأربعة أبيات دون أن يوقع – دون أي توقيع . بهذه الطريقة ، إن استحسنها المعلم وقال ،" حسنا ، هذا صحيح ،" عندئذ سوف يقول هو ،" أنا كتبتها ." وإن قال ،" لا ! من كتب هذه الأبيات ؟ " عندئذ سوف يبقى صامتا ، لقد فكر .

لكن المعلم استحسنها . في الصباح قال المعلم ،" حسنا ! " لقد ضحك وقال ،" حسنا ! الرجل الذي كتب هذا هو شخص متنور ."

عندئذ بدأ كل من بالدير يتكلم عن الأمر . الجميع عرف من كتبها . ثم أتى بعض النساك إلى المطبخ . كانوا يشربون الشاي وكانوا يتكلمون ، وإنو كان يقوم على خدمتهم . لقد سمع هو بما حدث .

اللحظة التي سمع فيها الأربعة أبيات ضحك . سأل أحدهم ،" لماذا أنت تضحك ، أيها الأحمق ؟ أنت لا تعرف شيئا ؛ لمدة اثنا عشر عاما وأنت تخدم بالمطبخ . لماذا أنت تضحك ؟

لا أحد حتى سمعه يضحك من قبل . هو مجرد استخدم كمغفل لا يتكلم حتى . عندئذ قال هو ، " أنا لا أستطيع الكتابة ، وأنا لست متنورا أيضا ، لكن هذه الأبيات خاطئة . لذلك إن يأتي أحد معي ، سوف أؤلف أربعة أبيات . إن يأتي أحد معي ، يمكنه أن يكتب على الحائط . أنا لا أستطيع الكتابة؛ أنا لا أعرف الكتابة ."

عندئذ تبعه أحدهم – كمزحة فقط . أتى حشد هناك وقال إنو ،" اكتب : لا يوجد عقل ولا يوجد مرآة ، وبالتالي أين يمكن أن يتجمع الغبار ؟ الشخص الذي يدرك ذلك هو متنور ."

لكن المعلم أتى وقال ،" أنت مخطئ ،" لإنو . مَسَّ إنو قدما المعلم وعاد إلى مطبخه .

في المساء عندما كان الجميع نائمين ، أتى المعلم لإنو وقال ،" أنت على صواب ، لكني لم أستطع قول ذلك أمام أولئك الحمقى – وهم حمقى مثقفين . إن كنت قد قلت أنك قد عينت كخليفة لي ، فسوف يقتلونك . لذلك اهرب من هنا ! أنت خليفتي ، لكن لا تخبر أحدا بذلك . وقد عرفت ذلك في اليوم الذي أتيت فيه . هالتك كانت تتعاظم ؛ لهذا السبب لم أعطك أي تأمل لتقوم به . لم يكن يوجد حاجة لذلك . وهذه الاثنا عشر عاما من الصمت – دون حتى أن تتأمل – فرغتك تماما من عقلك ، والهالة أصبحت كاملة . لقد أصبحت بدرا كاملا . لكن اهرب من هنا ! وإلا فإنهم سوف يقتلونك .

" أنت كنت هنا لمدة اثنا عشر عاما ، والنور كان دائما ينتشر منك ، لكن لا أحد لاحظه . والجميع كان يأتي إلى المطبخ كل يوم – ثلاث مرات ، أربع مرات . الجميع مروا من هنا ؛ لهذا السبب وضعتك في المطبخ . لكن لا أحد أدرك هالتك . لذلك اهرب من هنا ."

فيثاغورث

عندما وصل فيثاغورث وهو واحد من عظماء الفلاسفة الإغريق إلى مصر ليدخل مدرسة – مدرسة سرية للتصوف والعلوم الباطنية – لقد رفض . وفيثاغورث كان من أحد أفضل العقول التي ولدت على الإطلاق . هو لم يستطع فهم ذلك الرفض . لقد تقدم بطلب القبول مرة بعد مرة ، لكنه أخبر أنه ما لم يخضع لتدريب خاص من الصيام والتنفس فلن يسمح له بدخول المدرسة .

يقال أن فيثاغورث قال ، " لقد أتيت من أجل المعرفة ، وليس من أجل أي نوع من التدريب ." لكن سلطات المدرسة قالوا ، " لا نستطيع منحك المعرفة إلا إذا كنت مختلفا . وحقيقة ، نحن لسنا مهتمين بالمعرفة بتاتا ، نحن مهتمين بالتجربة الفعلية . لا معرفة هي معرفة إلا إذا عشتها وجربتها . لذلك عليك أن تصوم لمدة أربعين يوما ، وتتنفس باستمرار بطريقة محددة ، مع وعي معين على نقاط معينة ."

لم يكن يوجد طريقة أخرى ، لذلك اضطر فيثاغورث أن يخضع لهذا التدريب . بعد أربعين يوما من الصيام والتنفس ، واعيا ، منتبها ، سمح له بدخول المدرسة . لقد قيل أن فيثاغورث قال : أنتم لا تسمحون لفيثاغورث بالدخول . أنا رجل مختلف ، لقد ولدت من جديد . لقد كنتم على حق وأنا كنت مخطئا ، لأنه آنذاك وجهة نظري بأكملها كانت عقلانية . من خلال هذا التطهير ، مركز شخصيتي قد تغير . من العقل قد نزل إلى القلب . الآن يمكنني أن أحس بالأشياء . قبل هذا التدريب أستطيع أن أفهم فقط من خلال العقل ، من خلال الرأس . الآن يمكنني أن أحس . الآن الحقيقة هي ليست مفهوم بالنسبة لي ، لكنها حياة . إنها لن تكون فلسفة ، لكن على الأحرى ، تجربة – وجودية ."

ما هو التدريب الذي خضع له فيثاغورث ؟ هذا هو التكنيك الخامس في كتاب الأسرار . لقد أعطي له في مصر ، لكن هذا التكنيك هو من الهند .

من يرغب بمعرفة هذا التكنيك عليه الرجوع لكتاب الأسرار .

فيثاغورث ذهب بهذا التكنيك إلى اليونان ، وحقا ، لقد أصبح المصدر الرئيسي ، والمنبع لكل العلوم الباطنية في الغرب . هو مبتكر كل العلوم الباطنية في الغرب .

قصة الشاي

بودي دارما ، أحد أعظم معلمي التأمل في تاريخ البشرية بأكمله . لقد قيلت قصة جميلة عنه .

لقد كان يركز على شيء ما – شيء خارجي . عيناه كانتا تطرفان والتركيز كان يضيع ، لذلك قام بانتزاع جفنيه . رماهما على الأرض ، وركز . بعد أسابيع قليلة ، لقد رأى نباتات تنمو في المكان الذي رمى به جفنيه . هذه الحكاية حدثت على جبل في الصين ، وكان اسم الجبل تاه ، أو ، تا . من هذا المكان ، كلمة تي tea (شاي) . تلك النباتات التي كانت تنمو أصبحت شاي ، ولهذا السبب الشاي يساعدك على أن تبقى يقظا .

عندما تطرف عيناك وتشعر بالنعاس ، تناول كوبا من الشاي . هذه هي جفون بودي دارما . لهذا السبب نساك زن يعتبرون الشاي مقدسا . الشاي ليس كأي شيء عادي ، إنه مقدس – إنه جفون بودي دارما .

اليابان صنعت طقوسا جميلة حول شرب الشاي . كل منزل كان به غرفة لشرب الشاي . كانوا يدخلون غرفة شرب الشاي وكأنهم يدخلون معبدا . ثم يحضَّر الشاي ويجلس الجميع بهدوء يستمعون إلى بقبقة إبريق الشاي . ولأن بودي دارما كان يحاول أن يبقى يقظا وعيناه مفتوحتين ، فإن الشاي يساعد على ذلك . سواء كان هذا حقيقي أو غير حقيقي ، هذه الحكاية جميلة .

الإمبراطور

يقال أن إمبراطور الصين سأل بودي دارما ، " عقلي مفعم بالقلق ، أنا في اضطراب داخلي عظيم متواصل . أعطني بعض الطمأنينة أو أعطني مفتاحا سريا عن كيف أستطيع الدخول إلى الصمت الباطني ."

قال بودي دارما ، " تعال مبكرا في الصباح ، الرابعة تماما ، عندما لا يوجد أحد هنا . عندما أكون وحدي في كوخي تعال – وتذكر ، أحضر عقلك المفعم بالقلق معك . لا تدعه في المنزل ".

الإمبراطور كان منزعجا للغاية ، معتقدا أن هذا الرجل كان مجنونا . لقد قال ، " أحضر عقلك المنزعج معك . لا تدعه في المنزل ، وإلا فمن الذي سوف أسكّنه ؟ سوف أجعله هادئا ، لكن أحضره ! تذكر جيدا ."

غادر الإمبراطور ، لكنه كان منزعجا أكثر من أي وقت آخر . هو كان يعتقد أن هذا الرجل كان حكيما ، كان رجلا عاقلا ، وهو سوف يعطيه حلا ، لكن كل ما قاله يبدو سخيف – كيف لأحد أن يدع عقله في المنزل ؟ هو لم يستطع النوم . عينا بودي دارما والطريقة التي نظر بها إليه ... لقدُنوِّم مغناطيسيا ، وكأن مغناطيسا كان يجذبه . هو لم يستطع النوم طوال الليل ، وعند الساعة الرابعة كان جاهزا . هو لم يكن حقا راغبا في الذهاب لأن هذا الرجل كان مجنونا . والذهاب مبكرا جدا ، في الظلام ، عندما لا يكون أحد موجود – الرجل قد يفعل أي شيء .

لكن لا يزال ، لقد كان منجذبا جدا لدرجة أنه ذهب رغما عن نفسه . وأول شيء سأل عنه بودي دارما ... كان جالسا أمام كوخه وعصاه بين يديه ، وقال ، " حسنا . إذن أنت أتيت . أين عقلك المفعم بالقلق ؟ هل أحضرته ؟ أنا جاهز لإسكاته ."

الإمبراطور قال الآن ، " ما الذي تتحدث عنه ؟ كيف للواحد أن ينسى العقل ؟ إنه دائما موجود ."

قال بودي دارما ،" أين ؟ أين هو ؟ أرني إياه لكي أستطيع إسكاته ، وأنت تستطيع العودة ."

قال الإمبراطور ،" لكنه ليس شيئا مدركا بالحواس . أنا لا أستطيع أن أريك إياه ، أنا لا أستطيع وضعه في يدي . إنه بداخلي ."

عندئذ قال بودي دارما ، " حسنا ، أغمض عينيك وحاول أن تجد أين هو . واللحظة التي تقبض فيها عليه ، افتح عينيك وأخبرني وسوف أقوم بتهدئته ." في لحظة الصمت تلك ومع هذا الرجل المجنون ، أغمض الإمبراطور عينيه .

لقد حاول وحاول . ولقد كان خائفا أيضا ، لأن بودي دارما كان جالسا مع عصاه – في أية لحظة قد يضرب . لقد حاول وحاول وحاول . لقد نظر في كل مكان ، في كل ركن ، وفي كل زاوية من ذاته – أين هو ذلك العقل المفعم بالقلق ؟

وكلما راقب أكثر ، أدرك أكثر أن القلق قد اختفى . كلما حاول البحث أكثر ... مثل خيال لا وجود له .

مرت ساعتان ، وهو لم يكن حتى واعيا لما حدث . وجهه أصبح هادئا ، أصبح مثل تمثال بوذا ، ثم مع شروق الشمس قال بودي دارما ، " الآن افتح عينيك . هذا يكفي . ساعتان هي أكثر مما يكفي . الآن هل يمكنك أن تخبرني أين هو ؟"

فتح الإمبراطور عينيه . لقد كان هادئا . انحنى عند قدماي بودي دارما وقال ، " أنت الآن قد هدأته ."

الإمبراطور وُو كتب في سيرته الذاتية ، " هذا الرجل معجزة . دون فعل أي شيء قام بتهدئة عقلي . وأنا أيضا لم أفعل أي شيء . أنا مجرد دخلت ذاتي وحاولت إيجاده . بالطبع هو كان على صواب : أولا حدد مكانه ، أين هو . وبمجرد بذل الجهد لتحديد مكانه ، و هو لم يعد له وجود هناك ."

الحرية

ذهب رينزاي إلى معلمه وقال ، " امنحني الحرية !"

قال المعلم ،" أحضر نفسك . إن كنت موجودا ، سوف أجعلك حرا . لكن إن لم تكن موجودا ، كيف لي أن أجعلك حرا ؟ أنت حر مسبقا . والحرية هي ليست حريتك .

حقيقة . الحرية هي الحرية منك أنت . لذلك اذهب وجدْ أين هي هذه الأنا ، أين أنت ، ثم تعال إلي . هذا هو التأمل . اذهب وتأمل ."

عندئذ ذهب رينزاي وتأمل لأسابيع ، وشهور ، ثم أتى . عندئذ قال ، " أنا لست الجسد . فقط إلى هذا المقدار توصلت ."

عندئذ قال المعلم ،" إلى هذا المقدار أصبحت أنت حرا . اذهب مرة أخرى . حاول أن تكتشف ."

ثم هو حاول ، تأمل ، ولقد وجد أن " أنا لست عقلي ، لأنني أستطيع أن أراقب أفكاري . وهكذا المُراقِب يختلف عن ما هو ُمرَاقب – أنا لست العقل ." أتى هو وقال ، " أنا لست عقلي ."

عندئذ قال المعلم ، " الآن أنت تحررت بمقدار الثلاثة أرباع . الآن اذهب مرة أخرى واكتشف من هو أنت ."

آنئذ كان هو يفكر ،" أنا لست جسدي ، أنا لست عقلي ." لقد قرأ ، ودرس ، لقد كان حسن الإطلاع ، لذلك هو كان يفكر ،" أنا لست جسدي ، ولست عقلي ، وبالتالي لا بد أن أكون روحي ." لكنه تأمل ، ثم وجد أنه لا يوجد روح ، لأن هذه الروح ، هي ليست إلا معلوماتك الفكرية – فقط تعاليم ، كلمات ، وفلسفات .

لذلك هو أتى يجري ذات يوم وقال ،" الآن أنا لا وجود لي !"

عندئذ قال معلمه ، " هل لي أن أعلمك الآن طرق الوصول للحرية ؟"

قال رينزاي ،" أنا حر لأنني لا وجود لي . لا يوجد أحد ليكون مقيدا تحت العبودية . أنا فقط فراغ واسع ، أنا عدم ."

فقط الفراغ يمكن أن يكون حرا . إن كنت شيئا ما ، فسوف تكون مقيدا تحت العبودية . إن يكن لك كينونة ، فسوف تكون مقيدا تحت العبودية . فقط الفراغ الخالي ، يستطيع أن يكون حرا . عندئذ لا تستطيع أن تقيده . رينزاي أتى يجري وقال ،" أنا لم يعد لي وجود . أنا غير موجود في أي مكان ." هذه هي الحرية .

العين الثالثة

أولا ، الطاقة التي بالعين الثالثة هي نفس الطاقة التي تتحرك بعينيك العاديتين الماديتين . العين الثالثة موجودة لكنها لا تعمل ، إنها لا تستطيع أن ترى إلا إذا أصبحت عينيك العاديتين لا تبصران . نفس الطاقة ينبغي أن تنتقل للعين الثالثة . حينما لا تكون هذه الطاقة بعينيك العاديتين فإنها ستكون بعينك الثالثة ، وحينما تكون الطاقة بالعين الثالثة فإن العينين العاديتين لا تبصران . الطاقة التي بهما ستنتقل إلى مركز جديد . هذا المركز يقع بين هاتين العينين وهو العين الثالثة .

ثانيا ، حينما ترى من خلال عينيك العاديتين ، فأنت ترى من خلال جسمك المادي . العين الثالثة ليست في الواقع جزءً من الجسم المادي . إنها جزء من جسمك الآخر المخفي – الجسم الرقيق . العين الثالثة لها نقطة مراسلة في الجسم المادي ، لكنها ليست جزءًا منه . حينما تتحرك الطاقة من خلال جسمك المادي ، فإنك ترى من خلال عينيك الماديتين . ذلك لماذا من خلال عينيك الماديتين لا تستطيع أن ترى إلا كل ما هو مادي وله جسم . عينيك الاثنتين هما ماديتين ومن خلالهما لا تستطيع أن ترى أي شيء هو غير مادي .

فقط حينما تعمل العين الثالثة يكون بإمكانك الدخول إلى بُعد مختلف . الآن بإمكانك أن ترى أشياء غير مرئية بالنسبة لعينيك الماديتين ، لكنها مرئية بالنسبة لعينك الرقيقة أي عينك الثالثة .

حينما تعمل العين الثالثة ، إن تنظر إلى شخص فإنك ستنظر إلى روحه وليس إلى جسده – تماما مثلما أنت تنظر إلى الجسد المادي من خلال العينين الماديتين ، لكنك لا تستطيع أن ترى الروح . نفس الشيء يحدث حينما تنظر من خلال العين الثالثة : أنت تنظر ولا ترى الجسد ، فقط ترى الروح التي تسكن في الجسد .

اللحظة التي بإمكانك أن تنظر فيها من خلال العين الثالثة فإنك ستنظر إلى العالم الرقيق غير المادي . أنت جالس هنا . إن كان شبح جالس هنا فإنك لن تستطيع أن تراه ، لكن إن كانت عينك الثالثة تعمل فسوف ترى الشبح ، لأن العالم الرقيق غير المادي يمكن رؤيته فقط من خلال عينك الرقيقة غير المادية ، العين الثالثة .

طرق لفتح عينك الثالثة

إن توقفت عيناك الماديتين تماما ، إن أصبحتا لا تتحركان ، ساكنتين ، مثل الأحجار ، فإن الطاقة ستتوقف عن التدفق من خلالهما . إن أوقفتهما عن الحركة ، فإن الطاقة تتوقف عن التدفق من خلالهما . الطاقة تتدفق ، هذا لماذا هما تتحركان . الحركة هي بسبب الطاقة . إذا كانت الطاقة لا تتحرك ، فإن عينيك ستصبحان تماما مثل عينا رجل ميت – متحجرتين ، ميتتين .

بالنظر إلى نقطة ما ، بالتحديق فيها دون إتاحة الفرصة لعينيك بالتحرك والنظر إلى أي مكان آخر ، فسينتج حالة سكون . فجأة الطاقة التي كانت تتحرك من خلال هاتين العينين لن تكون تتحرك من خلال هاتين العينين . والطاقة ينبغي لها أن تتحرك ؛ الطاقة لا يمكن أن تكون ساكنة . العيون يمكن أن تكون ساكنة ، لكن الطاقة لا يمكن أن تكون ساكنة . إن لم تستطع الطاقة التحرك من خلال هاتين العينين ، فستحاول إيجاد طريق جديد . والعين الثالثة هي قريبة تماما ، إنها بين الحاجبين .

اصنع نقطة على الحائط وركز عليها . السر لا يكمن في النقطة وإنما في التركيز . ثم واصل التركيز إلى أن تتلاشى النقطة . لا تطرف بعينيك ، لأن ذلك يعطي حيزا للعقل

لكي يتحرك مرة أخرى . لا تطرف ، لأنه عندئذ سيبدأ العقل في التفكير . هذا يصبح فجوة ؛ عندما تطرف عيناك ، يضيع التركيز . لذلك لا تطرف .

إنها تتلاشى لسبب محدد . إن تركز على نقطة ، النقطة حقيقة لن تتلاشى ، العقل هو الذي سيتلاشى . إن كنت تركز على نقطة خارجية ، فإن العقل لا يستطيع أن يتحرك . بدون الحركة لا يستطيع أن يعيش ، إنه يموت ، إنه يتوقف . وعندما يتوقف العقل لا يمكنك أن تتصل بأي شيء في الخارج . فجأة كل الجسور تكون مقطوعة ، لأن العقل هو الجسر . عندما تركز على نقطة على الحائط ، عقلك يقفز باستمرار منك إلى النقطة ، ومن النقطة إليك ، ومنك إلى النقطة . يوجد قفز مستمر .

عندما يتلاشى العقل فأنت لا تستطيع أن ترى النقطة ، لأنه فعليا ، أنت لا ترى النقطة من خلال العينين أبدا . إن كان العقل غير موجود ، فإن العينان لا تستطيعان أداء وظيفتهما . أنت قد تواصل التحديق نحو الحائط ، لكن النقطة لن تكون مرئية . العقل غير موجود ؛ الجسر مقطوع . النقطة موجودة . عندما يعود العقل مرة أخرى ، فسوف تراها مرة أخرى ؛ إنها موجودة . لكنك لا تستطيع أن تراها الآن .

يوجد العديد من التكنيكات لفتح العين الثالثة في كتاب الأسرار . على القارئ المهتم أن يرجع لكتاب الأسرار للإطلاع عليها .

السعادة قد تقتلك

أتذكر ، ذات مرة حدث أن معلم مدرسة فقير، كبير في السن ، متقاعد عن العمل – كسب اليانصيب . الزوجة كانت خائفة وتفكر ، " هذا سيكون كثيرا جدا على الرجل العجوز . خمسة آلاف دولار كثير جدا عليه . حتى ورقة خمسة دولارات ستمنحه سعادة كثيرة جدا ، لذلك خمسة آلاف دولار قد تقتله ."

لقد أسرعت إلى الكنيسة المجاورة ، وذهبت إلى القسيس وأخبرته بما حدث . لقد قالت " الرجل العجوز بالخارج ، لكنه في طريق العودة للمنزل ، هذا هو وقت عودته ، لذلك افعل شيئا . خمسة آلاف دولار – مجرد سماع الخبر سيقتله !"

قال القسيس ،" لا تخافي . أنا أدرك طبيعة العقل البشري والطريقة التي يعمل بها . أنا أعرف السيكولوجيا (علم النفس) . سوف آتي ."

وهكذا أتى القسيس إلى المنزل. اللحظة التي وصلا فيها وصل الرجل العجوز أيضا ، عندئذ بدأ القسيس . لقد قال ، " افرض أنك ربحت يانصيب بمبلغ خمسة آلاف دولار – ماذا ستفعل ؟"

فكر الرجل العجوز في الأمر ، وفكر مليا فيه، وقال ، " سوف أتبرع بنصف المبلغ للكنيسة ."

سقط القسيس ميتا . لقد كان ذلك كثيرا جدا عليه .

لقد سمعت ، أنه حدث ذات مرة أن إمبراطورا صينيا حكم بالموت على رئيس وزرائه . اليوم الذي كان سيشنق فيه رئيس الوزراء ، أتى الملك لزيارته ليودعه . لقد كان خادمه المخلص لسنوات طويلة طويلة ، لكنه فعل شيئا أغضب الإمبراطور كثيرا جدا لدرجة أنه حكم عليه بالموت . لكن تذكر أن هذا سيكون يومه الأخير ، لذلك أتى الإمبراطور لمقابلته .

عندما أتى الإمبراطور ، رأى رئيس الوزراء يبكي ، والدموع كانت تذرف من عينيه . هو لم يستطع أن يتصور أن يكون الموت هو السبب ، لأنه كان رجلا شجاعا ، لذلك سأله ، " من المستحيل تصور أنك تبكي لأنك ستموت هذا المساء – من المستحيل فهم ذلك . أنت رجل شجاع ، وقد أدركت شجاعتك مرات كثيرة ، لذلك لابد أنه أمر آخر . ما هو ؟ إن كان بإمكاني فعل شيء فسوف أفعله ."

قال رئيس الوزراء ،" الآن لا يمكن فعل أي شيء ولا يوجد فائدة من إخبارك بالأمر ، لكن إن كنت مصرا ، عندئذ أنا لا أزال خادمك – سوف أطيعك وأخبرك بالأمر ."

أصر الإمبراطور ، وبناءً على ذلك قال رئيس الوزراء ،" إنه ليس موتي ، لأن ذلك ليس ذي أهمية كبيرة – المرء عليه أن يموت يوما ما ؛ في أي يوم قد يحضر الموت – لكن أنا أبكي لأني رأيت حصانك واقفا بالخارج ."

سأل الإمبراطور ،" بسبب الحصان ؟ لماذا ؟"

قال رئيس الوزراء ،" لقد كنت أبحث طوال حياتي عن هذا النوع من الخيول ، لأنني قد تعلمت سرا قديما – وذلك أنني أستطيع تعليم الخيول الطيران – لكن الخيول من نوع محدد فقط . هذا هو النوع ، وهذا هو يومي الأخير . أنا لست خائفا من الموت ، لكن مجرد أن فنا قديما سوف يضيع . لهذا السبب أنا أبكي ."

لقد اهتز الإمبراطور وشعر بالإثارة – إن أمكن أن يطير الحصان ، فهذا سيكون شيئا ذي شأن – بناءً على ذلك لقد قال ، " كم يوما سيستغرق الأمر ؟"

قال رئيس الوزراء ،" على الأقل عام واحد – وعندئذ سيبدأ الحصان بالطيران ."

بناءً على ذلك قال الإمبراطور ،" حسنا ، سأطلق سراحك لمدة عام ، لكن تذكر ، إن لم يطر الحصان في خلال عام فسوف أحكم عليك مرة أخرى وأشنقك . لكن إن طار الحصان فسوف أعفو عنك ، وليس فقط سأعفو عنك ، سوف أعطيك نصف مملكتي ، لأنني سأكون أول إمبراطور في التاريخ يملك حصانا يطير . لذلك اخرج من السجن ولا تبكي ."

ركب رئيس الوزراء على الحصان سعيدا ضاحكا متوجها إلى منزله . لكن الزوجة كانت لا تزال تبكي وقالت ،" لقد سمعت ، الأخبار وصلت قبلك – لكن عام واحد فقط ؟

وأنا أعلم أنك لا تعرف أي فن ، وهذا الحصان لن يستطيع الطيران . هذه مجرد حيلة ، خدعة ، لذلك ما دمت استطعت طلب عام واحد لماذا لم تطلب عشرة أعوام ؟ "

قال رئيس الوزراء ، " هذا سيكون كثيرا جدا . الأمر على ما هو عليه الآن هو كثير جدا – طيران الحصان أكثر من أن يصدق بكثير . عندئذ طلب عشرة أعوام سيبدو خدعة بوضوح . لكن لا تبكي ."

لكن الزوجة قالت ،" هذا يجعلني أكثر حزنا ذلك أنني الآن سأعيش معك وبعد عام واحد سوف تشنق . هذا العام الواحد سيكون عذابا ."

قال رئيس الوزراء ،" الآن أنا سأخبرك بسر قديم لا تعرفينه . في هذا العام الواحد قد يموت الملك ، قد يموت الحصان ، قد أموت أنا . أو ، من يعرف ؟ ـ قد يتعلم الحصان الطيران ! عام واحد !"

مجرد الأمل – والإنسان يعيش من خلال الأمل لأنه ضجر جدا .

إدراك فضل الحكمة

لقد سمعت عن متصوف يهودي ، اسمه بعل شم . أتى أحد وسأل بعل شم ، " أيهما أكثر أهمية ، أيهما أكثر قيمة – الغنى أم الحكمة ؟

الرجل كان يوجه السؤال لسبب ، لذلك ضحك بعل شم وقال ، " طبعا ، الحكمة أكثر أهمية ، أكثر قيمة ."

عندئذ قال الرجل ،" إذن ، بعل شم ، إليك السؤال الثاني : أنا دائما أراك ، أنت الرجل الحكيم تزور الأغنياء . أنت دائما تذهب إلى بيوت الناس الأغنياء . أنا لم أرى أبدا أي رجل غني يزورك ، أنت الرجل الحكيم ، وأنت تقول بأن الحكمة أكثر قيمة من الغنى . إذن اشرح هذه الظاهرة لي ."

ضحك بعل شم وقال ،" نعم ، الرجال الحكماء يذهبون إلى الرجال الأغنياء لأنهم حكماء ويدركون قيمة الغنى ، والرجال الأغنياء هم أغنياء فحسب – ببساطة أغنياء ولا شيء آخر – وهم لا يستطيعون أن يدركوا قيمة الحكمة . بالطبع ، أنا أذهب لهم – لأني أدرك قيمة الغنى . وهؤلاء المغفلين ؟ إنهم أغنياء فحسب – لا شيء آخر . إنهم لا يستطيعون إدراك قيمة الحكمة ، لذلك هم لا يأتون إلي أبدا ."

الصبر مفتاح الفرج

بوذا كان مسافرا عبر الغابة . النهار كان حارا – كان الوقت ظهرا – لقد شعر بالعطش ، لذلك قال لتابعه أناندا ، " ارجع إلى الوراء . لقد عبرنا جدولا صغيرا . ارجع إليه وأحضر بعض الماء لي ."

عاد أناندا إلى الجدول ، لكن الجدول كان صغيرا جدا وبعض العربات كانت تمر عبره . لقد تعكر الماء وأصبح وسخا . كل الطين الذي كان مستقرا بالقاع قد ارتفع ، وأصبح الماء غير صالح للشرب الآن . لذلك فكر أناندا ، " ينبغي علي أن أعود ." عاد وقال لبوذا ، " ذلك الماء أصبح وسخا تماما وهو غير صالح للشرب . اسمح لي أن أتقدم للأمام . أنا أعرف أنه يوجد نهر على بعد أميال قليلة من هنا . سوف أذهب وأحضر الماء من هناك ."

قال بوذا ،" لا ! عليك أن تعود لنفس الجدول ." كما أمر بوذا على أناندا أن يتبع ، لكنه اتبع الأمر دون حماسة حيث أنه كان يعرف أن ذلك الماء لا يمكن جلبه . والوقت كان يهدر دون داع وهو كان يشعر بالعطش ، لكن كما أمر بوذا ينبغي أن تسير الأمور .

مرة أخرى عاد وقال ، " لماذا أنت تصر ؟ ذلك الماء غير صالح للشرب ."

قال بوذا ، " عليك أن تذهب مرة أخرى ." وكما أمر بوذا ، على أناندا أن يتبع .

المرة الثالثة التي وصل فيها إلى الجدول ، الماء كان صافيا كما كان في أي وقت مضى . الغبار انجرف بعيدا ، الأوراق الميتة ذهبت ، والماء كان صافيا مرة أخرى . عندئذ ضحك أناندا . لقد أحضر الماء وأتى راقصا . انحنى عند قدماي بوذا وقال ،" أساليبك في التعليم إعجازية . لقد علمتني درسا عظيما – أننا فقط بحاجة للصبر وأن لا شيء يدوم ."

وهذه هي تعاليم بوذا الرئيسية : لا شيء يدوم ، كل شيء زائل – وهكذا لماذا القلق ؟ عد لنفس الجدول . الآن سيكون كل شيء قد تغير . لا شيء يبقى على حاله . فقط كن صبورا : اذهب مرارا وتكرارا . لحظات قليلة فحسب وتكون الأوراق قد ذهبت والطين قد استقر مرة أخرى والماء سيكون صافيا نقيا مرة أخرى .

أناندا أيضا سأل بوذا ، عندما عاد للجدول للمرة الثانية ،" أنت مصر على أن أذهب ، لكن هل لي أن أفعل شيئا لجعل الماء يصبح نقيا ؟"

قال بوذا ،" أرجوك لا تفعل أي شيء ، وإلا فإنك ستجعل الماء ملوث أكثر . ولا تدخل الجدول . فقط ابق في الخارج ، انتظر عند الضفة . دخولك الجدول سيخلق فوضى . الجدول يتدفق بنفسه ، لذلك دعه يتدفق ."

لاشيء يدوم ؛ الحياة هي تغير متواصل . هرقليطس قال أنك لا تستطيع أن تدوس مرتين في نفس النهر . إنه من المستحيل أن تدوس مرتين في نفس النهر لأن النهر يجري ؛ كل شيء قد تغير . ليس النهر فقط يجري ، أنت أيضا تجري . أنت أيضا مختلف ؛ أنت أيضا نهر يتدفق .

غورجيف

يقول أوشو ، لا تولي اهتماما لما يقوله الآخرون . هذا مرض . سوف يقودونك للجنون – الآخرون ، وأنت تقودهم للجنون لأنك الآخر بالنسبة لهم . لماذا تولي الكثير من الأهمية لآراء الآخرين ؟ ينبغي أن تولي اهتماما لتجاربك الذاتية وابق مخلصا لتجاربك الذاتية .

لكننا لسنا واثقين ، لذلك ينبغي علينا جمع آراء الآخرين . نحن لا بد أن ندخل حملة جمع تواقيع : " أنت تعتقد أنني أصبحت متنورا ، لذلك أرجوك أن توقع ." عندما يوقع الجميع وتجمع أنت الكثير من التواقيع ، على الأقل من الأغلبية ، فإنك تعتقد أنك متنور . هذا ليس هو الطريق لكي تصبح إنسانا متنورا .

أتى شخص لإجراء مقابلة مع جورج غورجيف ، الرجل الذي أتى كان صحفيا كبيرا. تلاميذ غورجيف شعروا بإثارة كبيرة لأنه الآن القصة ستظهر في جريدة كبيرة ، وصورة معلمهم وأخباره سوف تنشر . لقد اهتموا بالأمر كثيرا ؛ لقد أظهروا الكثير من الاهتمام بالصحفي . حقيقة لقد نسوا معلمهم ، والتفوا حول الصحفي . ثم بدأت المقابلة ، لكن في الحقيقة ، هي لم تبدأ أبدا . عندما وجَّه الصحفي بعض الأسئلة لغورجيف ، قال غورجيف ، " انتظر دقيقة ."

بجانبه تماما كانت تجلس سيدة . سأل غورجيف ، " أي يوم هذا ؟" . قالت السيدة ،" الأحد ."

قال غورجيف ،" كيف يمكن ذلك ؟ بالأمس كان يوم السبت ، فكيف يكون اليوم هو يوم الأحد ؟ تماما بالأمس أنت قلت أنه كان يوم السبت ، والآن هو يوم الأحد . كيف ، بعد السبت ، يأتي يوم الأحد ؟

وقف الصحفي . لقد قال ، " أنا ذاهب . هذا الرجل يبدو مجنونا ." جميع التلاميذ لم يستطيعوا فهم ما حدث . عندما غادر الصحفي ، كان غورجيف يضحك .

اللص والسلوك الأخلاقي

لقد سمعت عن لص . للمرة الرابعة قبض عليه وسأله القاضي ، " أنت يقبض عليك مرة تلو الأخرى ، ما المشكلة ؟ إن لم تكن ذا كفاءة عالية ، فلماذا تواصل هذا العمل ؟"

قال الرجل ،" المسألة ليست مسألة كفاءة . أنا بمفردي والعمل كثير جدا ."

عندئذ قال القاضي ، " إذن لماذا لا يكون معك مرافق ، شريك ؟"

قال اللص ، " السلوك الأخلاقي أصبح وضيعا جدا بحيث لا يمكنك أن تعتمد على أي شريك ."

المتفائل والمتشائم

لقد سمعت ، ذات مرة صديقين كانا يتحدثان . أحدهما كان متفائل أصلي ، الآخر كان متشائم أصلي . حتى المتفائل لم يكن سعيدا جدا بالوضع . قال المتفائل ،" إن استمرت هذه الأزمة الاقتصادية واستمرت هذه الإخفاقات السياسية التامة وبقي العالم على ما هو عليه ، لا أخلاقي ، عندئذ نحن سنصل إلى حالة التسول سريعا ."

قال المتشائم ،" ممن ؟ ممن ستتسول إن استمر هذا الوضع ؟" .

العالم انعكاس لك

ذات مرة كان مُلا نصرالدين وزوجته يصطادان السمك ، والمكان كان غير مسموح بالصيد فيه إلا لمن يحملون رخصة . فجأة ظهر رجل شرطة ، عندئذ قالت زوجة ملا نصرالدين ،" ملا ، أنت لديك رخصة لذلك فر أنت . أثناء ذلك ، أنا سوف أهرب ."

بدأ ملا يجري . لقد ركض وركض وركض ، ورجل الشرطة يتبعه . بالطبع ، ملا ترك زوجته هناك ، ورجل الشرطة تبعه . ركض ملا وركض إلى أن شعر بأن قلبه الآن سوف ينفجر . لكن في الوقت الذي قبض فيه رجل الشرطة عليه . كان رجل الشرطة يتصبب عرقا أيضا ، وقد قال ، " أين هي رخصتك ؟" عندئذ قدم ملا وثائقه . نظر رجل الشرطة إليها وقد كانت سليمة . عندئذ قال ،" لماذا كنت تجري نصرالدين ؟ لماذا فررت ؟" قال نصرالدين ، " أنا أذهب لطبيب ، وهو يقول اجري نصف ميل بعد كل وجبة ." قال رجل الشرطة ،" حسنا ، لكنك رأيتني أجري خلفك ، أطاردك ، أصرخ عليك ، فلماذا لم تتوقف ؟ " قال نصرالدين ،" حسبت أنه ربما أنك تذهب لنفس الطبيب ."

سعادة الرجل الغني

رجل غني جدا ، أغنى رجل في بلده – أصبح منزعجا ، أصبح محبطا . لقد شعر أن الحياة بلا معنى . كان لديه كل شيء يمكن شراؤه ، لكن كل ما أمكن شراؤه ثبت أنه بلا معنى . فقط الشيء الذي لا يمكن شراؤه قد يكون له معنى حقيقي . كان لديه كل شيء يمكن شراؤه – كان بإمكانه شراء العالم بأكمله – لكن ماذا ينبغي عليه أن يفعل الآن ؟ لقد كان محبطا وبداخله استياء عميق .

عندئذ جمع كل أشياءه الثمينة ، حليه ، وذهبه ، وجواهره ، جمع كل شيء في كيس كبير ، وبدأ رحلة للبحث عن الرجل الذي قد يعطيه شيئا قيما ، لمحة من السعادة . وعندئذ سيقدم له كل ما كسبه طوال حياته . لقد انتقل من معلم إلى آخر ، سافر وسافر ، لكن لا أحد كان قادرا على منحه حتى لمحة . وهو كان مستعدا ليهب كل ما يملك – كل مملكته .

ثم وصل إلى قرية وسأل عن ملا نصر الدين . أخبره رجل من القرية ،" ملا نصرالدين جالس خارج القرية ، يتأمل تحت شجرة . اذهب هناك ، وإن لم يستطع أن يمنحك لمحة من السعادة عندئذ انسها . عندئذ يمكنك أن تذهب إلى كل بقاع العالم ، لكن لن تحصل عليها . إن لم يستطع هذا الرجل أن يمنحك لمحة ، عندئذ لا يوجد أي إمكانية ".

عندئذ شعر الرجل بإثارة كبيرة . قدم إلى نصرالدين ، الذي كان جالسا تحت شجرة ، كانت الشمس تغرب . قال الرجل ،" لقد أتيت لأجل هذا الغرض . كل ما كسبته في حياتي موجود في هذا الكيس ، وسوف أمنحك إياه إن منحتني لمحة من السعادة ."

استمع ملا نصرالدين . لقد حل المساء ، لقد أصبح ظلاما . دون أن يجيبه ، اختطف ملا نصرالدين الكيس من الرجل الغني وهرب . طبعا ، تبعه الرجل الغني وهو يبكي ، يندب ، ويصرخ . ملا نصرالدين كان يعرف طرقات القرية ، لكنها لم تكن معروفة بالنسبة للرجل الغني حيث أنه كان غريبا ، لذلك لم يستطع العثور عليه . الناس من جميع أنحاء القرية بدؤوا يتبعونهم . نصرالدين كان يجري هنا وهناك . الرجل كان هائجا . لقد كان يصرخ ،" لقد سرقت مني كل ثروتي . أنا رجل فقير ! لقد أصبحت شحاذا !"

ثم وصل نصرالدين لنفس الشجرة ، ووضع الكيس أمام الشجرة وذهب خلف الشجرة ليختبئ . وصل الرجل هناك ، وهجم على الكيس ، وبدأ يبكي من السعادة . نظر نصرالدين من وراء الشجرة وقال ،" هل أنت سعيد يا رجل ؟ هل رأيت لمحة ؟"

قال الرجل ،" أنا سعيد كما يمكن أن يكون أي أحد على وجه الأرض ."

ما الذي حدث ؟ لتمتلك القمة ، تحتاج إلى الوادي . لتشعر بالسعادة ، تحتاج للتعاسة .

التنفس

الهندوس كانوا يعدون الحياة بالأنفاس ، لم يكونوا يعدون الحياة بالسنوات . التانترا ، اليوغا ، كل الأنظمة الهندية القديمة ، يعدون الحياة بالأنفاس : كم نفسا ستعيش . لذلك هم يقولون إن كنت تتنفس بسرعة كبيرة ، تأخذ أنفاسا كثيرة جدا في وقت قصير ، فسوف تموت سريعا . إن كنت تتنفس ببطء فسوف تعيش حياة أطول .

وبناء على ذلك . إن تراقب الحيوانات ، فإن الحيوانات التي تتنفس ببطء تعيش حياة أطول . الفيل يعيش حياة أطول ، نفسه بطيء جدا . الكلب يموت بسرعة ، نفسه سريع جدا . كلما وجدت حيوانا نفسه سريع ، أي حيوان ، ذلك الحيوان لن يحيا حياة طويلة . الحياة الطويلة دائما مقترنة مع النفس البطيء .

الإمساك

نحن دائما نأخذ النفس إلى الداخل (الشهيق) ، لكننا أبدا لا نأخذه للخارج (الزفير) . نحن نقوم بالشهيق والجسم يقوم بالزفير . راقب تنفسك وسوف تعرف . نحن لا نقوم بالزفير أبدا ، نحن فقط نقوم بالشهيق . الشهيق يقوم به الجسم .

إن كنت تعاني من الإمساك ، فهذا سيكون السبب الرئيسي : أنت دائما تقوم بالشهيق ، ولا تقوم بالزفير أبدا .

إن كنت تقوم بالشهيق ولا تقوم بالزفير ، فنفسك ذاته سيصبح سُمًّا بالنسبة لك ؛ سوف تموت بسببه . يمكنك أن تحول قوة مانحة للحياة إلى سم لأن الزفير هو ضروري بالتأكيد . إنه يخرج كل السموم منك .

إن كنت تعاني من الإمساك قم بالزفير ودع جسمك يقوم بالشهيق . أنت أخرج النفس . الجسم سيقوم بالشهيق بنفسه .

إن كنت تعاني من مرض القلب قم بالزفير ولا تقم بالشهيق . عندئذ لن تعاني من مرض القلب .

عيسى

في قرية ، أتى جميع أهل القرية إلى عيسى ومعهم امرأة ارتكبت خطيئة . في العهد القديم (القسم الأول من الكتاب المقدس) كتب إن ارتكبت امرأة خطيئة ينبغي رجمها بالحجارة حتى الموت . لذلك سألوا عيسى عن الأمر . كانوا يدبرون مكيدة ، لأنه إن قال عيسى ،" لا ، لا تقتلوا هذه المرأة ، لا تكونوا قضاة تصدرون أحكاما ،" عندئذ قد يقولون ، " أنت تخالف الكتاب المقدس ." وإن قال عيسى ،" نعم ، اقتلوا هذه المرأة ، ارجموها حتى الموت ،" عندئذ سوف يقولون ، " أين ذهبت رسالتك " أحبوا عدوكم " وأين ذهبت رسالتك " لا تحكموا على أحد لكي لا يُحكم عليكم "؟

هكذا كانوا يدبرون مكيدة . كانوا يخلقون مأزقا . أيا كان ما سيقوله عيسى ، فسوف يقع في الفخ . لكنك لا تستطيع أن توقع برجل متنور ، هذا مستحيل . وكلما حاولت إيقاعه أكثر ... سوف تقع في الفخ معه . عندئذ قال عيسى ،" الكتاب المقدس على حق بالتأكيد . لكن ليتقدم فقط أولئك الذين لم يرتكبوا خطيئة أبدا . خذوا هذه الحجارة في أيديكم واقتلوا هذه المرأة ، لكن فقط أولئك الذين لم يرتكبوا خطيئة قط ." الحشد بدؤوا يضمحلون . أولئك الذين كانوا واقفين بالمقدمة ذهبوا إلى الخلف – لأنه من ذا الذي سوف يرجم هذه المرأة ؟

مرض الفلسفة

ذات مرة دكتور ، مؤرخ معروف جدا وعالم بارز ، كان يقيم في قرية . ساعي البريد العجوز في القرية ، كان لديه فضول لمعرفة هو دكتور من أي نوع ، لذلك سأله ذات يوم ،" دكتور من أي نوع أنت يا سيدي ؟"

قال الرجل ،" دكتور فلسفة ." الرجل العجوز لم يسمع بذلك أبدا . لقد كان متحيرا وقال ، " أنا لم أسمع أبدا بأي حالة إصابة بهذا المرض هنا ."

الرقص التأملي

غورجيف خلق رقصات استثنائية ، جميلة جدا . غورجيف صنع معجزات . قام بتحضير مجموعة مكونة من مئة شخص للرقص التأملي ، وكان سيعرض ذلك الرقص على جمهور في نيويورك لأول مرة . مئة راقص كانوا على منصة العرض يدورون . الجمهور حتى عقولهم بدأت تدور . كان يوجد مئة راقص ذوي أردية بيضاء يدورون فحسب .

عندما يشير بيده ، سوف يدورون ، ولحظة أن يقول ، " توقفوا " ، سوف يحل صمت مطبق . ذلك كان توقف للجمهور ، وليس للراقصين – لأن الجسم يستطيع التوقف في الحال ، لكن العقل عندئذ يأخذ الحركة إلى الداخل ؛ إنها تتواصل وتتواصل . إنه من الرائع حتى النظر إليهم ، لأن مئة شخص فجأة يصبحون تماثيل جامدة . ذلك خلق صدمة مفاجئة للجمهور أيضا ، لأن مئة حركة متناغمة رائعة – توقفت فجأة . سوف تنظر إليهم يتحركون ، يدورون ، يرقصون ، وفجأة يتوقف الراقصون . عندئذ تفكيرك سيتوقف أيضا .

الكثيرين في نيويورك شعروا أن ذلك كان ظاهرة غريبة : تفكيرهم توقف في الحال . لكن بالنسبة للراقصين ، الرقص استمر بداخلهم .

ذات يوم كانوا قادمين عند حافة منصة العرض ، يرقصون . كان من المتوقع ، والمفروض ، أن غورجيف سوف يوقفهم مباشرة قبل أن يقعوا . مئة راقص كانوا على حافة منصة العرض . خطوة واحدة إضافية وكلهم سيقعون على القاعة . كل من بالقاعة كانوا يتوقعون أن غورجيف فجأة سيقول توقفوا ، لكنه أدار ظهره للراقصين ليشعل سيجاره ، ووقعت فرقة الراقصين المائة بأكملها من منصة العرض على الأرض – على أرض حجرية .

وقف الجمهور بأكمله . كانوا يصرخون ، وكانوا يحسبون أن الكثيرين لا بد قد كسرت عظامهم . لكن لا أحد قد أصيب ؛ لم يحدث حتى مجرد رض واحد .

لقد سألوا غورجيف عما حدث . لا أحد أصيب . السبب فقط كان هذا : حقيقة لم يكونوا في أجسامهم في تلك اللحظة . لقد كانوا يبطئون دورانهم الداخلي . وعندما رأى غورجيف أنهم الآن كانوا غافلين عن أجسامهم ، أتاح لهم أن يسقطوا على الأرض .

إن كنت غافلا تماما عن جسدك ، فإنه لا يوجد مقاومة . العظم ينكسر بسبب المقاومة . إن كنت تسقط للأسفل ، أنت تقاوم : أنت تذهب عكس الجاذبية الأرضية . هذه المقاومة ، هي المشكلة – وليس الجاذبية . إن كنت تستطيع أن تسقط مع الجاذبية ، إن كنت تستطيع التعاون معها ، عندئذ لا يوجد إمكانية لأن تصاب وتتضرر .

الطريق البديل

لقد سمعت أن ملا نصرالدين سقط من على السلم . لقد كسرت ساقه ، لذلك تم وضع جبيرة عليها ، وأمر بأن لا يصعد ولا ينزل السلم لمدة ثلاثة أشهر . بعد ثلاثة أشهر أتى للطبيب وأزيلت الجبيرة . سأل ملا ،" الآن يمكنني أن أصعد وأنزل السلم ؟"

قال الطبيب ،" الآن يمكنك الذهاب . أنت بخير ."

قال ملا ،" أنا الآن سعيد جدا ، يا دكتور . لا يمكن أن تصدق كم أنا سعيد . كان من المحرج جدا الصعود والنزول على أنبوب التصريف طوال اليوم – كان ذلك محرج جدا ، وكل الجيران كانوا يضحكون علي . لكن أنت أخبرتني أن لا أصعد و لا أنزل السلم ، لذلك كان علي أن أجد طريقة ."

هذا ما يفعله الجميع . إن أغلق مخرج ، عندئذ إساءة الاستعمال لا بد أن تحدث .

التركيز على الألم

إن كان بجسدك ألم . افعل شيئا واحدا : انس الجسم بأكمله ، فقط ركز على عضو جسمك الذي به الألم . وعندئذ سيلاحظ شيء غريب . عندما تركز على الجزء الذي به الألم في جسمك ، سترى ذلك الجزء يتقلص . أولا ستشعر أن الألم في ساقك بأكملها . عندما تركز ، عندئذ أنت تشعر أنه ليس في الساق بأكملها . إنه فقط في الركبة .

ركز أكثر ، و سوف تشعر أنه ليس في كامل الركبة لكن فقط في نقطة صغيرة جدا . ركز أكثر على النقطة الصغيرة جدا ؛ انس كامل الجسم . فقط أغمض عينيك وواصل التركيز من أجل أن تجد أين هو الألم . إنه سيستمر في التقلص والاضمحلال ؛ المنطقة ستصبح أصغر وأصغر . عندئذ ستأتي لحظة حيث سيكون مجرد رأس دبوس . واصل التحديق في رأس الدبوس ، وفجأة رأس الدبوس سوف يختفي وسوف تمتلئ أنت بمنتهى السعادة .

لماذا يحدث هذا ؟ لأنك أنت وجسدك اثنان ، وليس واحد . الذي يركز هو أنت . التركيز يتم على الجسد – ذلك هو المفعول به .

الآن أنت المراقِب والألم في مكان ما آخر . أنت تراقب الألم ، ولست تشعر بالألم . هذا التغيير من الشعور إلى المراقبة يخلق فجوة بينك وبين الجسد . وعندما تصبح الفجوة أكبر ، فجأة أنت تنسى الجسد كليا ؛ أنت مدرك فقط للوعي .

نريد أن نبقى هنا

لقد سمعت قصة حدثت عندما انفصلت الهند وباكستان . كان يوجد مستشفى مجانين ، تماما على حدود الهند وباكستان . السياسيين لم يكونوا مهتمين جدا لمن سيتبع مستشفى المجانين هذا ، باكستان أم الهند ، لكن مدير المستشفى كان مهتما جدا . لذلك هو سأل في أين سيكون مستشفى المجانين ، هل سيكون في الهند أم سيكون في باكستان .

أحد من دلهي أخبره بأن عليه أن يسأل نزلاء المستشفى ، المجانين ، ويصوتوا على أين يريدون أن يذهبوا .

المدير كان الرجل الوحيد الذي لم يكن مجنونا وقد حاول أن يشرح لهم . لقد جمع كل المجانين وأخبرهم ،" الآن الأمر عائد لكم ، مكان ما تريدون سوف تذهبوا . إن أردتم الذهاب إلى الهند ، يمكنكم الذهاب إلى الهند . إن أردتم الذهاب إلى باكستان ، يمكنكم الذهاب إلى باكستان ."

لكن المجانين قالوا ،" نحن نريد البقاء هنا . لا نريد الذهاب إلى أي مكان ."

لقد حاول وحاول أن يشرح . قال هو ،" سوف تبقون هنا ، لا تقلقوا بشأن ذلك . سوف تبقون هنا ، لكن إلى أين تريدون أن تذهبوا ؟"

قال هؤلاء المجانين ،" الناس يقولون أننا مجانين ، لكن أنت تبدو أكثر جنونا . أنت تقول سوف تبقون هنا ، ونحن سوف نبقى هنا ، فلماذا القلق حول الذهاب إلى أي مكان ؟"

وقع المدير في حيرة حول كيف يشرح الموضوع برمته . كان يوجد طريقة واحدة . لقد نصب حائطا ، وقسم مستشفى المجانين إلى قسمين متساويين . جزء واحد أصبح الهند ، والجزء الآخر أصبح باكستان . ولقد أشيع أنه في بعض الأحيان أن مجانين من مستشفى المجانين الباكستاني قد تسلقوا الحائط ، ومجانين من الهند أيضا قفزوا من على الحائط . وهم لا يزالون مشوشين جدا حول ما يحدث . " نحن في نفس المكان ، وأنتم ذهبتم إلى باكستان ، ونحن ذهبنا إلى الهند ، ولا أحد ذهب إلى أي مكان !"

هؤلاء المجانين من المحتوم أن يقعوا في حيرة ، لن يكونوا أبدا قادرين على أن يفهموا ، لأن في دلهي وكراتشي يوجد مجانين أكبر .

نحن نواصل التقسيم . الحياة ، الوجود ، ليس مقسما . كل الحدود من صناعة البشر . إنها مفيدة إن لم يصبك الجنون بسببها وإن تكن تدرك أنها صنعية فحسب ، من صناعة البشر ، منفعية ، وليست حقيقية ؛ إنها تساعد لكنها لا تذهب أعمق من ذلك .

القطار البخاري

عندما للمرة الأولى اخترع القطار البخاري ، لا أحد صدق ذلك . لقد بدا بسيطا جدا – لا يصدق . مجرد نفس البخار الذي تعرفه في مطبخك ، في غلاية الشاي ، البخار يدير محركا ، ينقل المئات والمئات من المسافرين ؟ نفس البخار الذي أنت تعرفه جيدا ؟ هذا لا يصدق .

هل تعرف ماذا حدث في انجلترا ؟ عندما انطلق أول قطار ، لا أحد كان مستعدا للجلوس فيه – لا أحد ! كثير من الناس قد أقنعوا ، وقدمت لهم رشوة ، لقد قدم لهم مال لكي يجلسوا في القطار ، لكن في اللحظة الأخيرة هربوا . لقد قالوا ، " أولا ، البخار لا يستطيع أن يقوم بمعجزات كهذه . شيء بسيط كالبخار لا يستطيع أن يقوم بمعجزات كهذه . وإن انطلقت القاطرة ، فهذا يعني أن الشيطان ذو تأثير عليها . الشيطان يسير القطار ، وليس البخار . وما هو الضمان ما إذا انطلق فسوف تكونون قادرين على إيقافه ؟"

لا ضمان يمكن تقديمه لأنه كان القطار الأول . لم يتم توقيفه من قبل أبدا ، كان فحسب من المحتمل حدوث ذلك . كان لا يوجد تجربة ، لذلك لم يستطع العلم أن يقول ،" نعم ، إنه سوف يتوقف ." افتراضيا إنه سوف يتوقف ... لكن الناس لم يكونوا معنيين بالفرضيات . لقد كانوا معنيين بما إذا كان يوجد تجربة فعلية تم فيها إيقاف القطار : " إن كان لا يتوقف أبدا عندئذ ماذا سوف يحدث لنا نحن الذين سوف نكون جالسين فيه ؟"

عندئذ تم إحضار اثنا عشر مجرما من السجن كركاب . على كل حال كانوا سوف يموتون ، على كل حال كان محكوم عليهم بالإعدام ، لذلك لم يكن يوجد مشكلة إن لم يكن القطار سيتوقف . عندئذ السائق المجنون الذي يظن أنه سوف يتوقف ، والعالِم الذي اخترعه وهؤلاء الركاب الاثنا عشر الذين كانوا سيعدمون على كل حال ، هم لوحدهم سوف يقتلون جميعا . " شيء بسيط جدا كالبخار ،" لقد قالوا في ذلك الوقت . لكن الآن لا أحد يقول هذا الكلام ، لأنه الآن يعمل وأنت تعرفه .

source book for the Excerpts :

The Book of Secrets, by Osho, 1997 St. Martin’s Press, New York

Foundation’s web site : www.osho.com

ملاحظة هامة

هذا الكتاب يحوي معلومات الغرض منها هو التثقيف وليس منهاجًا موضوعًا للتدريب . بالإضافة إلى ذلك قد يلاحظ القارئ وجود القليل من الاختلاف بين ما يقوله كل من أوشو ، دورين فيرشو ، ميتك ومارغريت يوركوس حول الشاكرات . هذه الاختلافات هي أمر طبيعي وليس على القارئ أن يقع في حيرة .

المراجع

- Divine Guidance By DOREEN VIRTUE
- Chakra Clearing By DOREEN VIRTUE
- Angel Therapy By DOREEN VIRTUE
- Angel Visions By DOREEN VIRTUE
- HEALING WITH THE ANGELS BY DOREEN VIRTUE
- THE BOOK OF SECRETS By Osho
- BIOENERGY – A HEALING ART BY Margaret & Mietek Wirkus